

أمناء أطباء العرب

القديم والحديث

شرح مفصل في منافع الفواكه والخضار واللحوم
والحشائش والرموزات والمحبوب والزيت وطرق المعالجة بها



أسرار الطب العربي

القديوم والحديث

شرح مفصل في منافع الفواكه والخضار واللحوم
والحشائش والزهورات والحبوب والزيت وطرق المعالجة بها

تأليف

سعيد عرس كويلى

جمع وتنسيق

جورج بوتاى

منشورات دار مكتبة الحياة
بيروت لبنان



الاهداء

الى ولديّ : ايلي وجان

اليهما اقدم خلاصة معارفي ، وثمره تجاربي عن أسرار الطب العربي .

ففي هذا الميدان انفقت عمري كله لخدمة الانسانية وعلاج المرضى وتخفيف
آلام المصابين .

وأملّي ان يكون كتابي هذا نبراسا يضيء الطريق أمام الانسان المعذب .

المؤلف





رسم المؤلف سعيد جرجس كوبلي ، اقدمه في الصفحة
الاولى من مؤلفه المفيد ، يكون بادرة تعارف ومودة بينه
وبين القاريء والقارئة وبالتالي ، ليكون تخليداً لذلك
الانسان الذي أحب واحترم

جورج بوتاني



مقدمة

انني من مواليد (أمد) عام ١٨٩٧ ، المعروفة اليوم ، « بديار بكر » من الجمهورية التركية .

تلقيت علمي على يد المثلث الرحمت المطران سليمان صباغ ، والمرحوم الخوري يوسف طاير ، وذلك لمدة خمس سنوات ، ولم اتابع الدراسة الثانوية ، بل عملت مساعداً لابن عمي المرحوم عبد الكريم كوبلي ، في تعاطي بيع العطاراة والأعشاب الطبيعية ، وطرق المعالجة بها ، وخاصة الأمراض الجلدية والقروح .

وبعد انتهاء الحرب العالمية الأولى نزحت مع اقاربي الى لبنان موطن الحرية وبلد الجمال ، واقمنا في هذا البلد الحبيب الذي تتوفر فيه بكثرة جميع الاعشاب والحشائش والبذور اللازمة واتمكن فيه من تعاطي هذه المهنة العربية .

وقد تنقلت ما بين لبنان وسورية وملتست مهنة الطب العربي وعالجت بالفعل المصابين بالقروح والجروح وداويت عشرات الألوف من المصابين بهذه الأمراض وبعض الأمراض الداخلية عدا الاسعافات المجانية التي لا تحصى وقد شهد لي بذلك جمعيات وهيئات بلدية وشخصيات معروفة .

واخيراً رجعت الى بيروت واخترت الاستقرار فيها نهائياً . وشرعت اتعاطي بيع العطاراة المعروفة هنا بـ « دبوس » بجانب تقديمي الوصفات والعلاجات اللازمة رغم تقدمي بالسن . انني الآن اشعر بالراحة والنشاط وكأنني في عز الشباب حيث انني اداوم على عملي وعلى طريقتي الخاصة في اكلي وشربي وقيامي وقعودي .

عندها فكرت بان اترك لي شيئاً للذكرى وخاصة لأولادي الاعزاء حتى يقتدوا ويسيروا على طريقتي ويعيشوا بهناء وصحة وعافية دائمة .

واخيراً دفعت للطبع هذا الكتاب الشيق الحاوي على الكثير من الوصفات

الناجعة والارشادات اللازمة لكل عائلة وبيت ، وقد تعمدت ان تكون لغة هذا الكتاب سهلة ، يفهمها كل قارئ مهتم بها كانت درجة ثقافته ليستفيد منه اكبر عدد ممكن من القراء .

عزيزي القارئ ، اذا اتبعت نصائحي ، وتوصياتي ، سوف تظل محتفظاً بكامل صحتك حتى آخر عمرك ، تهضم جيداً ، وتبصر جيداً ، وتسمع جيداً ، وتقوى جسمياً ، وعقلياً .

ورغم تقديمي بالسن فاني اشعر بشوق ولهفة الى عملي ، لذا اجد نفسي مرتاحاً له ، وفي غاية السرور .

أمل ان ينال كتابي هذا اقبال القراء والشعب العربي الكريم الذي نسبت اليه هذا الكتاب وهو :

أسرار الطب العربي
القديم والحديث

والله ولي التوفيق

المؤلف



المصادر والمراجع

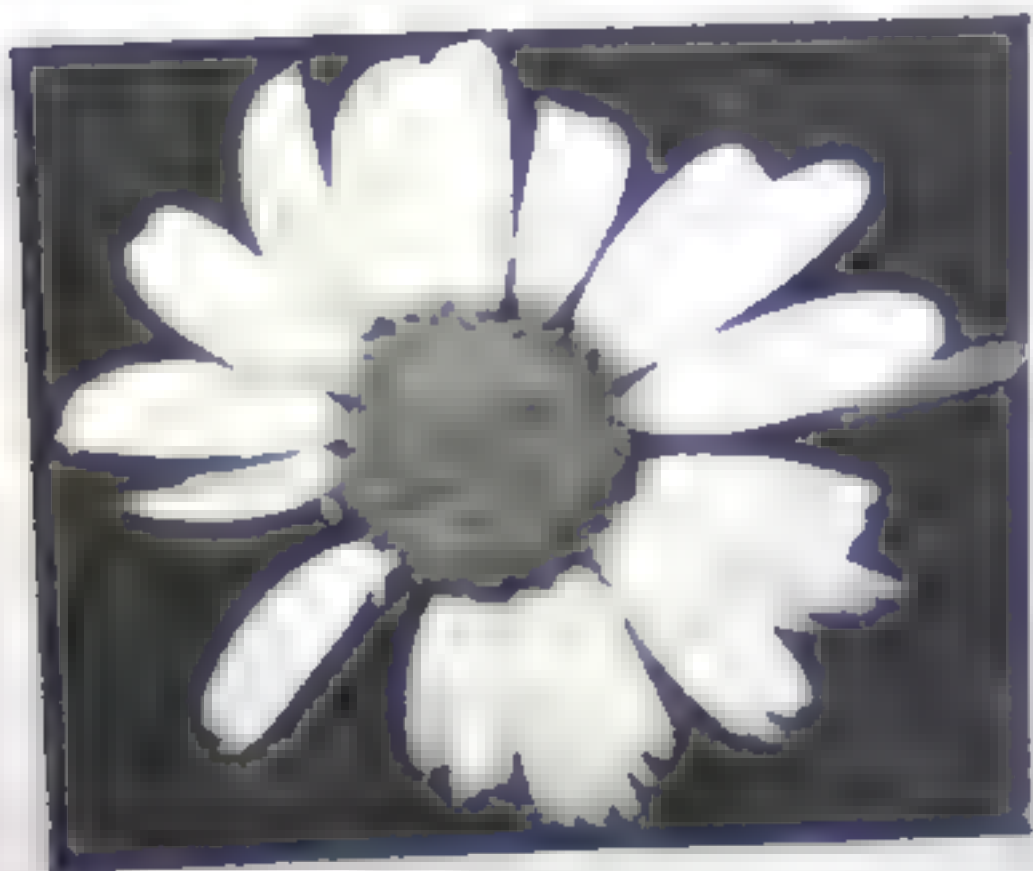
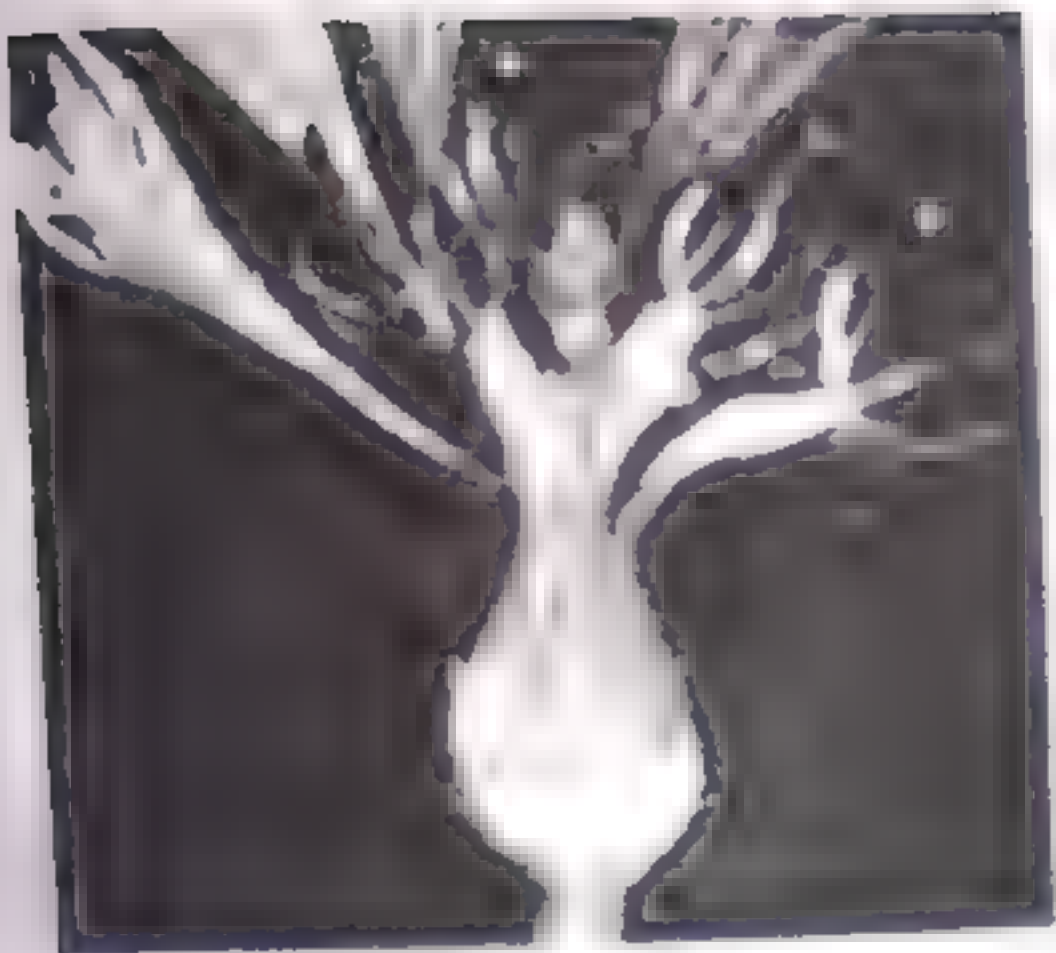
استفيت قسماً من كتابي هذا من بعض المصادر وهي :

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| (الغذاء لا الدواء) | الدكتور صبري القباني : |
| (الطب الشعبي) | الدكتور امين رويحة : |
| (قاموس الطب البيئي) | الاب متى طراب : |

شهادة

نشهد نحن الموقعين ادناه رؤساء اديان وهيئة اختيارية و عيان مدينة الحسكة ان المدعو السيد سعيد كويلي من اهالي مدينة الحسكة بتعاطي من مدة مديدة بها مداوة الجروح والقروح والأمراض الجلدية خارجية في ضمن البلدة وخارجها وانه قد اسعف لتاريخ الآن ما ينوف عن ألفي مجروح ومصاب بأمراض جلدية وطوال مدة مزاولة عمله لم يحصل على ضرر لأي كان من مراجعيه وبما ان المذكور يود الاستحصال على رخصة رسمية لمزاولة مهنته فقد جئنا لشهد له بكفاءة خبرته هذا ما عدا لاسعافات الخيرية التي يقوم بها ونطلب من اولياء الامر ان يتكرموا بأعطائه الرخصة وللبيان حرر .

| | | |
|--|--|---|
| خوري طائفة الارمن الارثوذكس الأب كيفورك | خوري طائفة الارمن الكاثوليك الأب وارطان بفرسريان | النائب الاسمي بطائفة الكلدان الخوري اوعسطين حروفش |
| وكيل المطران لطائفة السريان الارثوذكس القس حنا وسم | مطران طائفة السريان الكاثوليك يعقوب يوحنا حبي | مختار طائفة السريان الارثوذكس يوسف اسحق |
| مختار طائفة الكلدان يوسف صابونجي | مختار طائفة المسلمين عبد العزيز العليوي | امام المسلمين الملا بدر |
| وكيل طائفة البروتستانت بولس نجار | رئيس عشائر الاكراد حاجو آغا | رئيس عشائر الجهور الشيخ عبد المسيح المسلط |
| مختار طائفة السريان الكاثوليك عبد المسيح ديس | مختار طائفة الارمن الكاثوليك عبود برغوت | تصديق رئيس بلدية الحسكة يوان كرو |



١٤ نصيحة ذهبية

بيت لأرشادات والنصائح التالية :

١ - قبل أن تأخذ أي دواء ، اصحك في اليوم اربع مرات ، لتجلب لك السعادة الدائمة .

٢ - لا تفكر بالمرض الذي قد يصيبك ، ان العلاج بيدك انت ، بل اطرح فكرة المرض عن ذهنك .

٣ - حدد اربع ساعات في اليوم . مع كل تفاحة ملعقة عسل صغيرة بعد وجبة عدم يفسد صحتك . وهذا التصرف من الأعذية يطردان المرض عنك قطعياً .

٤ - لا تفكر بدمي بدأ . بل احاصر ونظلم الى المستقبل والى الحديد حيث ان دمى حرة . احاصر عمل . والمستقبل امل .

٥ - ان المشي هو مبدأ واحدة هو المنى ، والضجر ، والفراغ .

٦ - احداثك هيبة مسببة . فهي تكمل لك الشباب الدائم ، ولا تحتج زعماء من بيت لا ياتك ذلك .

٧ - مهى قلبك ولا تشبع ، بل حل عيبك في الاكل ، كأنك اكلت .

٨ - احبه صاحبه كاملاً ، لنفوس بعملك بشااط وقوة لان الافطار الكامل يزيد في حيوبتك وذكائك .

٩ - متعمل المواقه واخصار بكثرة وقتل من نساول اللحوم لكي يطول عمرك

١٠ - كل الله كه نقشورها لان في القشور امكانات غذائية وفيتامينات اكثر من لها وبدورها

١١ - تناول الفاكهة بدون استخدام السكين لأن عملية القضم تفوتني الأسن
وتنظفها .

١٢ - تناول الفاكهة مع كل وجبة طعام ، تبعد عنك جميع الأمراض .

١٣ - حذ الماء والمرطبات وانت جالس في كباية وعلى اربع دفعات عوضاً عن
لا يريق لأن لشرب وانت واقف بسبب لك الرمل في الكلاوي .

١٤ - لعلاقة الجنسية يجب ان تكون بعد الأكل بأربع ساعات ، أولاً ادخل
الحمام للتبول والخروج ومن ثم مارس العلاقة الجنسية .

بعد العلاقة الجنسية اياك وتعرض للهواء أو القيام بأي مهرة حتى لا تتعرض
للأمراض فما ادخل الى الفراش حلاً لكي يرتاح جسمك .

ان الأمراض التي تصيبك في المستقبل - اذا اصابتك - فسيها عدم تفيدك
بارشادات العلاقة الجنسية .



الفواكه

الفاكهة غذاء طبيعي ، ودواء في آن واحد ، لأن طبيعتها قد زودتها بكل الامكانيات الغذائية الشافية من الأمراض ، والمفيدة في الوقاية منها .

ان بعض المؤسسات الطبية تعتمد على الفواكه المقدمة الى مرضاها ، عوضاً عن العلاجات المحضرة بالطريقة العصرية ، فكان تطبيق العلاج بالفاكهة سبباً في شفاء مرضاها تماماً وفي امتداد العمر .

فالفاكهة هي الغذاء الأساسي للإنسان ، لما تحتويه من مقادير كثيرة من الفيتامينات والأملاح المعدنية واهم هذه الفاكهة هي :

التفاح ، السفرجل ، التين ، نكر ، نعنع ، البرتقال ، الليمون ، المشمش ، الموز ، البطيخ الأحمر ، البطيخ لأصفر ، التمر ، الدراق ، المشمش الهندي ، « اكيديا » ، الحنبلاس ، المانجو ، الرمان ، التوت ، قصب السكر ، الكيثرى « الاجاص » ، التين الشوكي ، الخوخ ، تفريز ، التوت الشوكي .

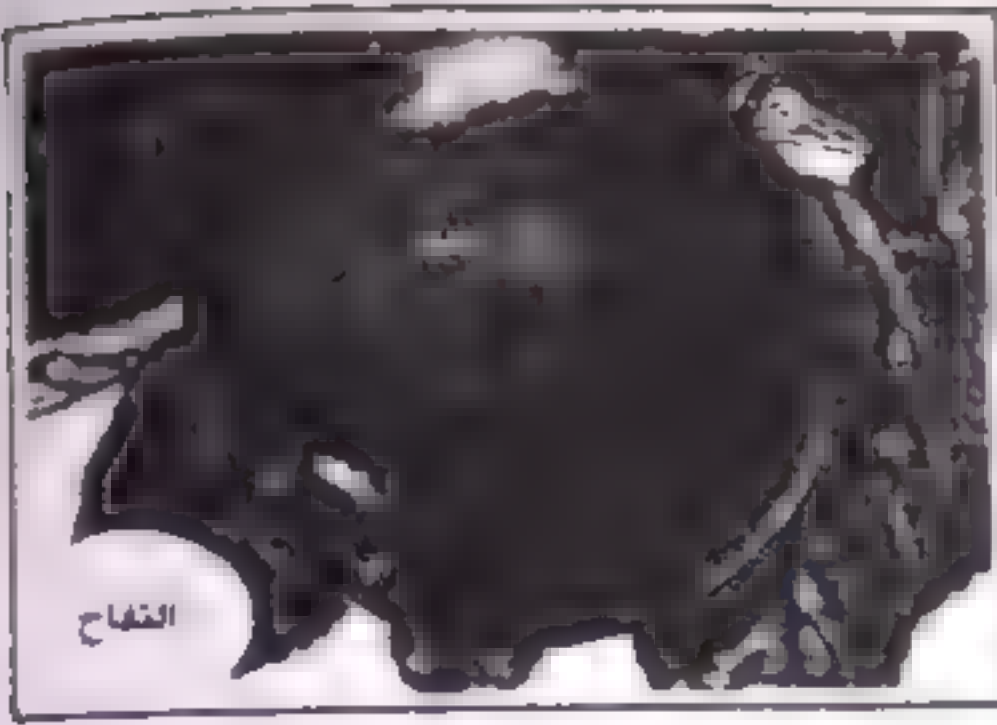
السفرجل

يستفاد من السفرجل في صنع المربيات وفي بعض الوصفات العلاجية وهو غني بالفيتامينات « أ » و « ب » وبالمواد المعدنية كالكبريت ، والفوسفور ، والكلس ، والكلور ، والصودا ، والبوتاس .

ويوصف في الحالات التالية :

أ - الاسهال الحاد :

يغلى مقدار ٢٥٠ غراماً من الماء ، مضافاً اليه كمية من الأرز ثم تضاف



ملعقة من مسحوق السفرجل الى هذا المغلي حتى ينضج ، ويعطى للمصاب بالاسهال ويوصف لسحلاء الاحسام والمصابين باضطراب المعدة .

ب - للربو والسعال الديكي :

يخسر مقدار ملعقة كبيرة من بذور السفرجل ، وملعقة كبيرة من سكر لست ، مع قليل من كسفة سحر ، تسحق جميعها وتغلى في كوب ونصف من الماء ، وعندما تبرد يؤخذ منها ثلاث مرات في اليوم ، يعالج المصاب بهذه الكمية لمدة عشرة ايام ويعطى للاطفال مقدار فنجان قهوة في الصبح وفي المساء بنفس المقدار لمدة عشرة ايام ايضا .

ج - لازالة القشرة من الرأس :

تنقع بذور السفرجل بماء ، ويمشط بها الشعر لمدة اثني عشر يوماً .

التفاح

التفاح فاكهة مرطبة وسهلة للأمعاء ، مفيد في الأمراض الالتهابية الحادة ، يخفف من آلام الحمى ، ومفيد للكبد والكلى والمثانة ، اذ يسهل عملها ، ويهدئ السعال ، ويسهل افراز البلغم . وهو من اغنى الفواكه بالفيتامينات والمثل الشعبي يقول : خذ تفاحة باليوم تبعد المرض عنك دوم .

يحترى على الفيتامينات (أ ، و ب ١ ، و ب ٢ ، و د ث ، و ن) وتتفاح عدة وصفات طبية يعالج بها .

أ - الروماتيزم :

تفح ثلاث تفاحات قطعاً صغيرة دون تقشير ، ثم تغلى في لتر من الماء مدة

ربع ساعة ، ثم يؤخذ المغلي بين فترات الطعام او معه .

ب - عسر البول :

تغلي بضع تفاحات في قليل من الماء ويشرب مغليها .

ج - لاسهالات الأطفال :

يقشر التفاح ويشرب ، ثم يطبخ مع الماء المحلى بالسكر ويعطى للأطفال دون ان يعطى لهم أي طعام آخر .

د - آلام العيون والرمد :

يؤتى بمسحوق التفاح ، ويمزج بحليب الموضع ويعمل كمادات وتطبق على العين المصابة بالرمد .

هـ - حموضة المعدة :

يؤخذ ثلاث تفاحات في اليوم ، تغلب على ازدياد الحموضة في الجسم بعد سن الأربعين .

خل التفاح وعلاجاته

صنعه :

يغسل التفاح جيداً بالماء ، ثم يقطع الى قطع متوسطة الحجم ، ويعبأ في آنية من الفخار ، او مرطبان من البلاستيك ، وتغطي الأنية بقطعة من القماش ، وتحفظ في مكان دافئ ، لمدة خمسة واربعين يوماً ، حيث يختمر ، وبعده يعصر ويعبأ في قناني من الزجاج ويختتم .

العلاجات المستعملة في خل التفاح كثيرة نذكر منها :

أ - النحافة :

يؤخذ منه ملعقتين صغيرتين ، مع كوب من الماء بعد الأكل ثلاث مرات في اليوم لمدة شهرين .

ب - الأرق :

يضاف فنجان قهوة واحد من العسل الى ثلاث ملاعق صغيرة من الخل ، وتؤخذ كل مساء عند النوم ملعقتين صغيرتين .

ج - إزالة الكرش لدى الرجال :

تستعمل نفس الكمية المستعملة في النحافة .

د - حبة الخبي المختص من الروماتيزم

مع ملعقة صغيرة من الخل في نصف كوب من الماء الساخن يؤخذ قليل من
هد - يربح في حفة اليد ، ويدلك به احد الكتفين ، ثم يكرر ذلك في الجانب
الأخر ، ثم يدلك الخـ بجميع احرائه ، الصدر ، البطن ، الظهر ، الأطراف ،
بدون استعمال منشفة ، ويستمر في هذه العملية ، حتى ينفذ المحلول الى داخل
الجسم .

هـ - الثعلبة :

بطل ثعلب المصاب . ست مرات في اليوم ، بالخل الصافي وذلك بواسطة
رأس الأصبع . حيث تغطي الاصبع بالخل ، ويبدأ بالعمل أولاً في الصباح بعد
النهوض من الفراش . . يكرر العملية خلال النهار اربع مرات وفي المرة الاخيرة قبل
النوم .

و - علاج آخر للثعلبة .

تدك ثعلب المصاب بقطعة من القماش ، ثم يؤتى بعود كبيريت ملفوفاً
بدهن . يعمد في راح حل ، يدهن الثعلب المصاب صباحا ومساء لمدة ستة ايام .
د - ثعلب المصاب بحرقه ، له شدة تدهن الثعلبة بالفازلين الأصفر ، حتى
يخف الوجع والحرقه .

ز - دوالي الساق و اعلريز ،

يصب قليل من الخل الصافي ، في حفة اليد وتذلك الأوردة الظاهرة مرة في
الصباح ومرة ثانية في المساء ، لمدة شهر .
ويوصى باستعمال الخل شراياً ، وذلك باضافة ملعقتين صغيرتين من الخل في
كوب من الماء وتؤخذ في الصباح مرة وفي المساء مرة ثانية وذلك لمدة شهر .

علاج للثعلبة بدون الخل

يسحق سنان من الثوم مع قليل من الملح وتمزج في فجان قهوة مع الطحينة
حتى يصبح مرهماً .

اولاً تفرك الثعلبة بقطعة من القماش حتى تصبح مائلة الى الاحمرار ، ومن ثم
تدهن الثعلبة بمرهم الثوم في الصباح والمساء لمدة ستة ايام .

علاج آخر للشعلة

يسحق سبآن من الثوم مع قليل من الملح ويدهن فركاً مكان الشعلة حتى يميل إلى الاحمرار . ثم يمزج مسحوق ملح البارود في عصير ليمونة واحدة وتدهن الشعلة صباحاً ومساءً . يؤخذ بجانب هذه الوصفة منقوع شرش الروباص شراباً .

التين

التين عني دافيت ميات ' و د ب و د ث ، ويحتوي على نسبة عالية من مواد معدنية كحديد و نكلز والحامض وهي باقية للجسم ومولدة للدم .

يوصف التين في عدة علاجات منها :

أ - الامساك المزمن :

يؤخذ في الصباح الباكر ، من تين الاحضر مقدار ست حبات يومياً لمدة عشرة ايام .

ب - للسعال الديكي :

يؤخذ كنس من منقوع التين قبل الطعام يومياً لمدة اسبوع .

ج - كسل الأمعاء :

نشطرت ست أو سبع تينات الى شطرين وتغمس الشرائح بزيت الزيتون ، ثم يضاف اليها بصع شرائح من الليمون ، وتترك ليلة كاملة ، وفي الصباح تُغمس هذه الشرائح في الزيت وتؤكل على الريق .

د - للحروق :

إذا كان الحرق خفيفاً ، يهرس مقدار من التين المجفف ، ويوضع فوق الجرح ويلف بشاشة .



الكرز

الكرز ، ناعم ، على ساقه حليه من ثمرتين دث ، ويوصف في علاج بعض
الأمراض منها

أ - التهابات المسالك البولية

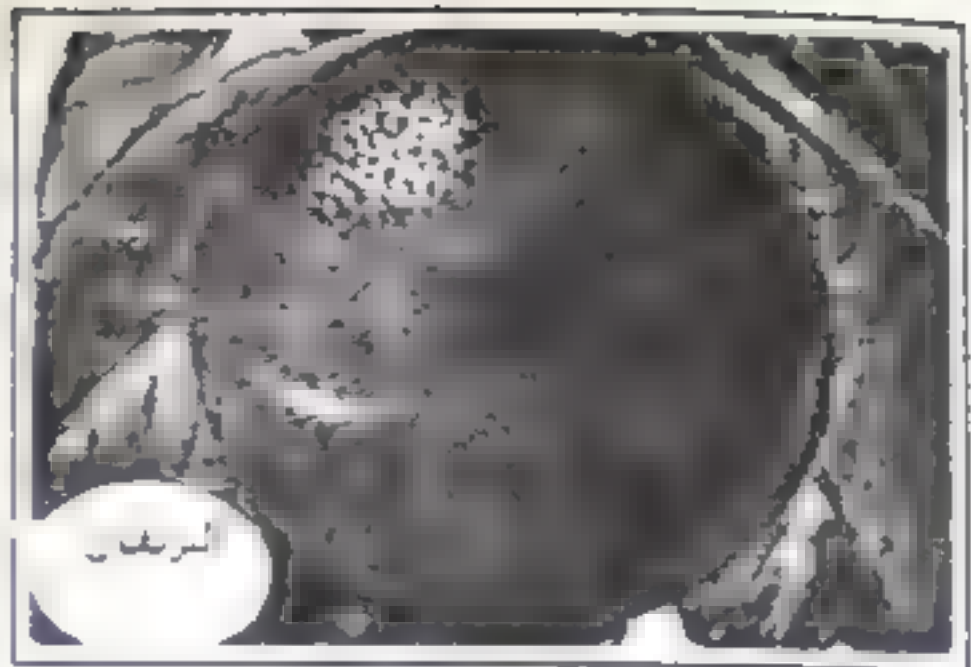
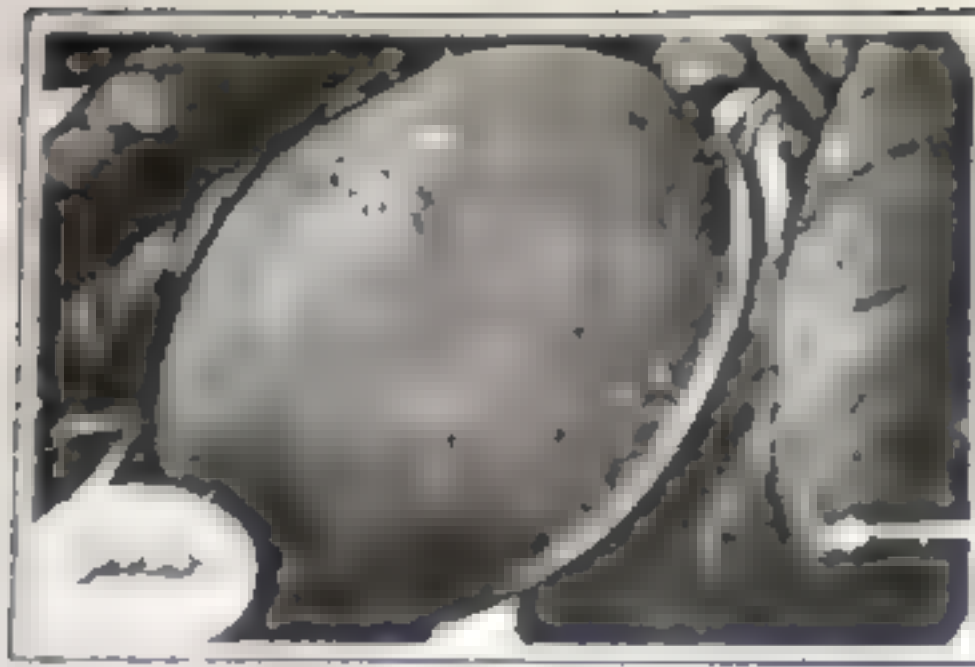
نعمه منه ثمرات الماء ، دث باستعمل ٣٠ غرام من ساق الكرز في لتر من
الماء ، على النار عشر دقائق ، ثم يصفى على ٢٠٠ غرام من السكر المطبوخ ، او
الحليب ، وبعد عشرين دقيقة يصفى المزيج

ب - الرمل والحصص

دج مقدار ملعقتين صغيرتين من بلر الخنة ومقدار ٥ غرامات من شرش
الماء ١٠٠ مل ماء من ساق الكرز ، ويصفى اليها ثمرية اكواب من الماء ، وتغلى
على النار حتى يبقى منها ٤ اكواب ، يؤخذ كل ثلاث ساعات كوب واحد في
اليوم ، لمدة اسبوع

المشمش

مشمش اشهى فواكه الصيف وهو على انواع كثيرة منها السليمي ، والعجمي ،
والخلاسي ، وهو يؤكل بنبأ ومفوقاً ، وهو يحتوي على فيتامينات أ ، و ب١ ،
و ب٢ ، و ث ، وهو يحتوي على المواد المعدنية من البوتاسيوم والكالسيوم .



اهم مميزات المشمش مقدرة على تعديل الحموضة لصارة متحمضة في الحسم
من بعض الأعذية وهو مفيد للعظام والأنسجة يؤكل مشقوعاً وشرنجاً ، قمر ندى ،

البرتقال

للبرتقال فوائد كثيرة ، وهو يحتوي على عصير عديدة من السكر ، و حديد ،
والفوسفور ، وعلى الفيتامينات « ب ١ » و « ب ٢ » وهو عني بشفيت من « ث » ندي
يساعد على تثبيت الكلس في العظام .

والبرتقال يساعد على الهضم ، ويعتبر مشهياً ذ تونه لاسان قبل لطفه ،
ولعصير البرتقال اثر فعال في حالات الزف ، وفي وقف فيض حمى .

من المستحسن اكل البرتقال ، وليس شرب عصيره عند المرضي ، بوصف
البرتقال في عدة حالات منها :

أ - الزكام والانفلونزا :

يؤخذ عصير برتقالة في كأس مع قطعتين من السكر ، وقليل من الكونياك ،
او الروم ، ويمزج بماء حار جداً ويشرب ساخناً قدر الامكان .

ب - إزالة السمنة :

تغلي برتقالة كبيرة وثلاث ليمونات في نصف لتر من الماء ، لمدة عشر دقائق ،
ثم يضاف الى المغلي ، ملعقتان من العسل ، وتغلي مرة ثانية ، لمدة خمس دقائق ، ثم

تصفى وتبرد ، ويؤخذ منها يوماً ثلاثة اكواب .

ج - لتهذنة الأعصاب والتشنج :

يؤخذ ٢٥ غرام من زهر البرتقال و ٢٥ غرام بيرفون و ٤٠٠ غرام ماء و ٢٥ غرام عسل وتمزج معاً ويعمل منها منقوع . ولا يعى زهر البرتقال والبيرفون مع الماء ثم يضاف الى العسل .

يؤخذ منها فسجان قهوة ثلاث مرات يومياً بعد الأكل

د - منقوع آخر لتهذنة الأعصاب والتشنج :

يغلى ٣ باقات من البابونج مع ٢٥ غرام بيرفون و ٢٥٠ غرام زهر البرتقال و ٤٠٠ غرام من الماء وتؤخذ فسخن قهوة ثلاث مرات يومياً بعد الأكل .
كما ان هذين المنقوعين يفيدان كمنوم ايضاً .

الليمون

لليمون قدرة على ترميم الأنسجة ، فهو غني بالحمضيات (أ ، و ، ب ١ ، ٢) ، و ب ١٢ ، و ب ب ، وبالمعادن كالحديد والكنس ، والبوتاس ، والفوسفور ، والكربوهيدرات والبروتين ، وهو غني ايضاً بالحمضيات (ث ، د) . كما يؤخذ شرابه لأجل الوقاية من الانفلونزا .

كما ان الليمون مقبض للأوعية الدموية ، ومخثر لدمه ، وقد اصاب الانسان بالرعاف بالامكان وقفه وذلك بسد فوهة الأنف بقطعة قمش مسمدة بعصير الليمون .

يستفاد من الليمون في عدة علاجات :

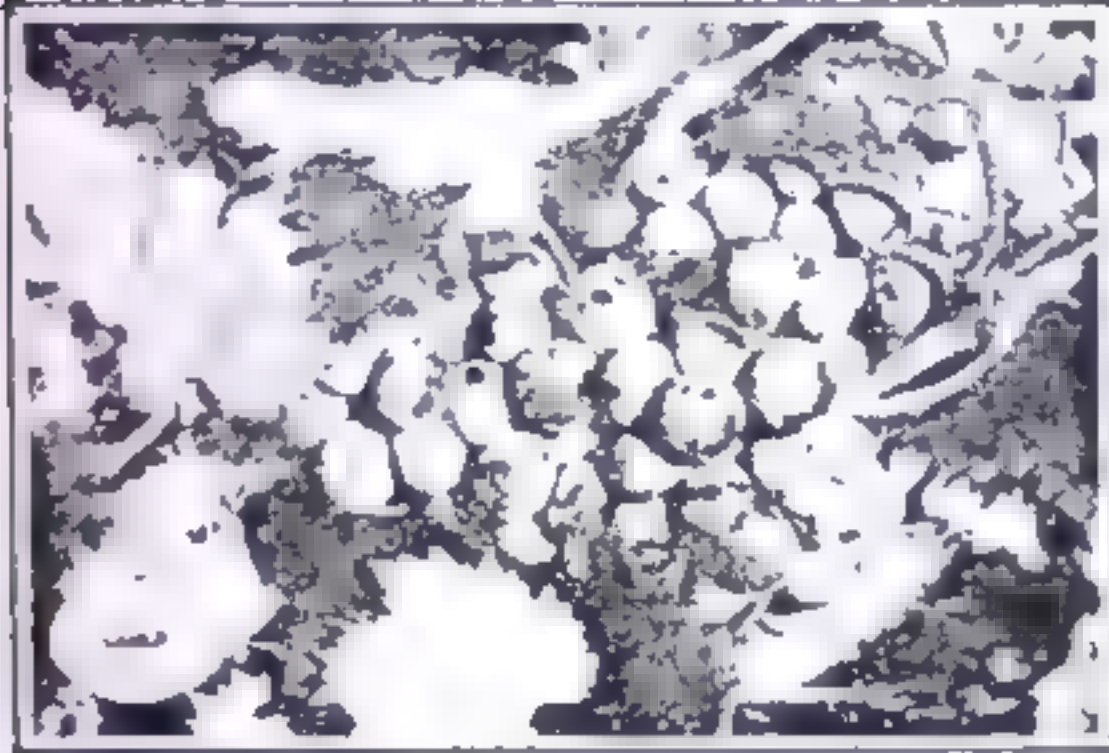
أ - ازالة الزيوان الأسود من الوجه :

يرطب الوجه مساء بالماء الحار ثم يغلى تمزيج متساو من عصير الليمون والغليسرين والكحول ، وفي الصباح يرطب الوجه مرة اخرى بالماء الحار ، ثم تعصر الزيوانات بين الاصبعين ويعمل بهذه الطريقة لمدة اسبوع .

ب - إزالة الصدأ عن القماش :

توضع شريحة من الليمون على بقعة الصدأ ، بعد عصرها بين قطعتين من قماش ثم تضغط بمكواة حارة ، يعمل بهذه الطريقة عدة مرات بعد تجفيف الشريحة .

إذا فالليمون مهضم ومشوي لأن حامضيته تحرض الإفرازات اللعابية والغدد المعوية .



العنب

العنب من أغنى الفواكه بالفيتامينات ، وله دور فعال في بناء الجسم ، وتقويته ، وترميم أنسجته ، وعلاج الكثير من أمراضه .

يحتوي على الفيتامينات « أ » و « ب » و « ث » والمعادن من البوتاس والكلس والصدودا والماغنيزيا وحامض الحديد ومنغنزيات الكلس والسيليس وحامض الفوسفور .

ان العنب غذاء سريع الهضم ، وله فوائد في الوقاية من سوء الهضم ، والقبض ، والبواسير ، والحصاة الكبدية ، والحصاة البولية ، ويعتبر منشطاً قوياً للكبد ، فهو يعطي للمصابين بفقر الدم ، وللناقهين ، والعصبين .

يعمل منه الزبيب بعد ان يجفف وكذلك يؤخذ عصيره الطازج ويدخل في الكحول وخاصة « العرق » .

الموز

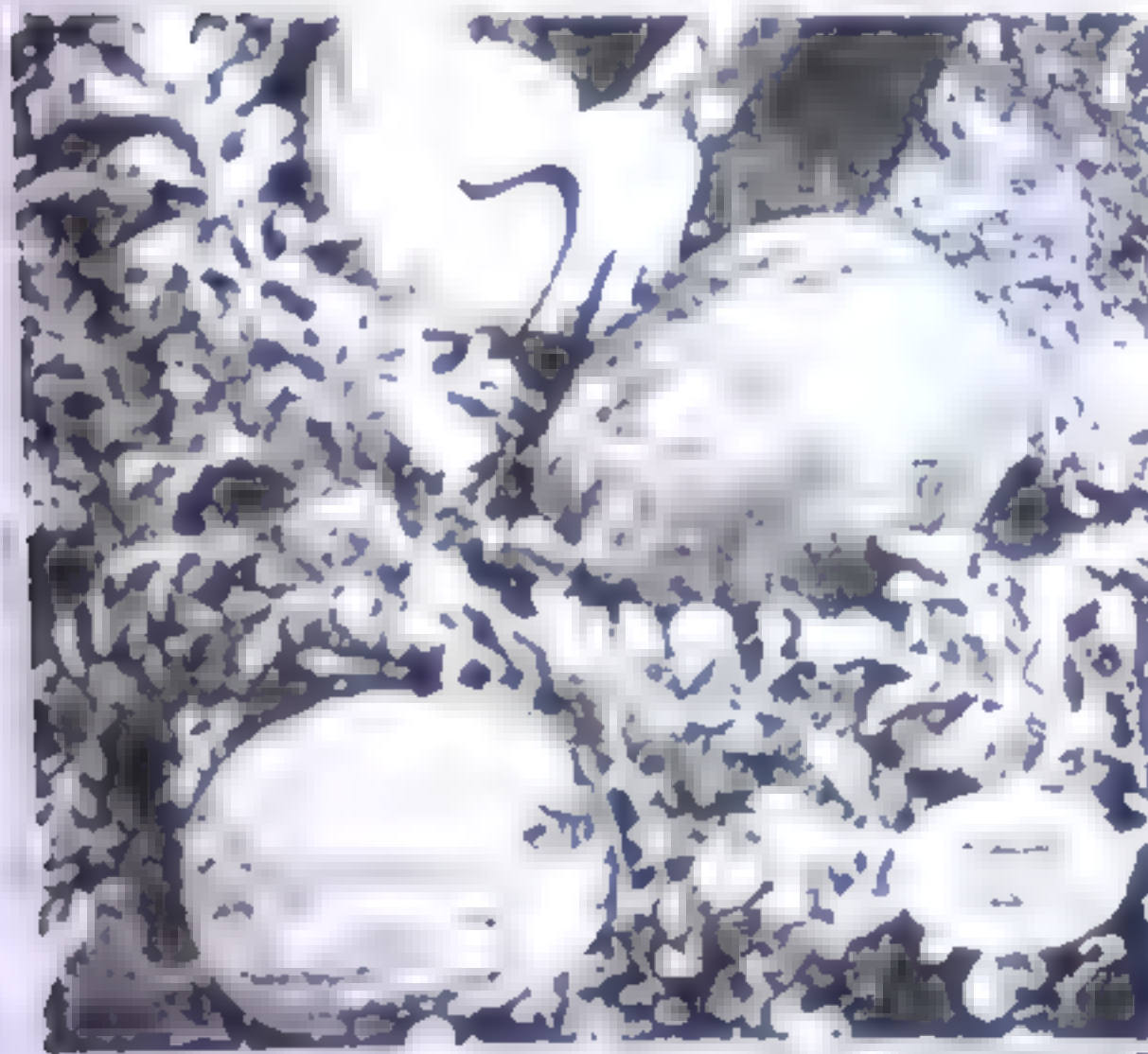
الموز فاكهة مغذية غنية بمواد الفحم ، التي تعطي الجسم الطاقة والحرارة ، وكلها نضج الموز ، تحول جزء كبير من نشائه الى سكر .

يحتوي الموز على الفيتامينات « ث » ، « ب » ، « ٢ » ، « ٦ » ،
« ب ١٢ » ، « د أ » ، « د د » ، « د ه » .

ان وجة من الخبز والموز والحليب ، تختص على جميع العصور الثلاثة نمو
جسم الانسان .

يستعمل الموز في كل الاعمار للشهوج ، حيث زاحدون فيه حرارة وفائدة ،
وللأطفال ليعينهم على النوم ، وللمرء حامل ، وللمرء في صدد انقاصه
مرض السكرى فهو لا يلائمهم . ولذلك لئلا يزداد حرقه في معدته ، ولئلا
يشكون البدانة .

البطيخ الأحمر



يؤكل البطيخ الأحمر في
الصيف ، لغزارة مائه الذي
يطفىء الظما ، ويرطب
الجسم ، ويخفف حرارته ،
وهو غني بالفيتامين « ث » ،
وهو يحتوي على الكبريت ،
والفوسفور ، والكلور ،
والصودا ، واليونس ،

لذا فهو مدر للبول ان الافراط في تناوله عنت لظعم ، يفتت من ان حصه ،
كما ان عصير البطيخ يقي من التيفوئيد وعيد القصور بالدم
تستخدم بدوره كملية ومحددة لنمو ، وبؤحد بعضا محمضه لاسفلية
« القول » .

البطيخ الأصفر

البطيخ الأصفر هو شقيق البطيخ الأحمر ، ولكنه أكثر فائدة منه نظرا لعماء

النسي بالبروتينات والفيتامينات يحتوي على الفيتامينات (د ، و ، ب ٢) ، وعلى المعادن كالكبريت ، والفوسفور ، والكلور ، والصودا ، والبوتاس ، والمائز ، والكلس ، والحديد ، والنحاس .

يستفاد من البطيخ الاصفر ، في مكافحة الامساك اذا اخذ صباحا على الريق ، فهو يلين المعدة ويبقي الشقوق ، الشرجية والبواسير .

اما اذا اخذ بكميات كبيرة فهو يتسبب في تعفنت معوية واسهالات .

يستعمل في علاج البهاق ، والكلف ، والحزاز ، وفي التهابات الجلد وأورامه .

التمر

التمر هو أول غذاء رئيسي لسكان الصحراء ، لكونه غذاء كاملاً وعلى بالمعادن والفيتامينات (ب ١ ، و ، ب ٢ ، و ، ب ٣) وهو غني بالفوسفور ، (د) هذه المواد تقوي الأعصاب وتلين الأوعية الدموية ، وترطب الأمعاء .

أ - يوصف كعلاج للمصابين بالسعال والبلغم والتهاب القصبات :

يحضر ٥٠ غراماً من التمر ، و ٥٠ غراماً من الربيب ، و ٥٠ غراماً من التين المجفف و ٥٠ غراماً من العناب المجفف وتوضع في لتر من الماء ، وتعنى على النار ، وتعمل منقوعاً ملطفاً .

يساعد على نمو جسم الفتيان والفتيات والأطفال .

الحضار

● ان الحضار بمجموعها وحدة متكاملة من مصادر الغذاء ، فكل زمرة منها تختص بمقادير معينة من الفيتامينات او الاملاح او المواد الأخرى من المعادن ، اما اذا اردنا ان نستفيد من الحضار فيجب ان نضع برامجاً لها عند الغذاء .

● ان اخذ الحضار نيئة يعطي مفعولاً اغزر من اخذها في مستحضرات مغلية .

● ان اوراق الحضار النيئة تكثر فيها خلاصة الفيتامينات فيجب ان لا نرميها لاننا ناكل قسماً منها نيئاً والقسمة الأخرى يستعمل في الحساء لكثرة الفيتامينات الموجودة فيها .

● كما انه يجب طهي الحضار بكمية محدودة من الماء ، حتى لا يضيع القسم الأكبر من فيتاميناتها واملاحها .

● ومن الضروري ان يغسل الحضار غسلاً جيداً لتجنب الأمراض والميكروبات التي تحملها من التربة .

الجزر

● ان الجزر يعد غذاءً ودواءً في آن واحد لما يحتوي من مقادير كثيرة من الفيتامينات .

وهو غني بالفيتامينات (أ ، و د ، و د د ، و د د ب ، ب) .

وعلى المعادن كالكبريت ، والفوسفور ، والكلور ، والصوديوم ، والبوتاس ، والمغنيزيوم ، والكالسيوم ، والحديد .

● يستفاد من عصيره اذا اخذ باستمرار في حالة السكري .

اما لبه فهو يفيد في حالات القحة والاكزيما . كما ان ورقه يفيد في حالات الجروح والرضوض .



● وعصير الخزر يفيد في تقوية البصر وفي نمو الأطفال .



أ - كعلاج لاسهال الأطفال .

يضاف مسحوق الخزر إلى حليب الأطفال ويعطى لهم كحساء .



ب - كعلاج لليرقان ونوبات الكبد .

برش الجزر ويغلى على نار قوية بأضافة لتر من الماء اليه لمدة عشر دقائق ، ويترك حتى يفتر ، ثم يؤخذ جرعات .

البندورة

● البندورة تؤكل نيئة ومطبوخة ،

وشراباً ، وهي غنية بالفيتامينات (أ ،

ب ، ج ، د ، هـ ، ز ، ح ، ط ، ي) .

وتحتوي البندورة على الفوسفور

والحديد والأملاح القلوية

● يستفاد من البندورة في كثير من الحالات المرضية ، وتوصف للمصابين

بالروماتيزم والرمال البولية ، وحصى الكلى ، والمثانة ، والتهاب المفاصل ،
والتعفنات المعوية ، وعسر الهضم .

● فهي تساعد على طرح الفضلات ، ومكافحة الامساك ، اذا اخذت
بقشورها ، اما المستحلب ، وهي المادة التي تغطي البندورة ، تساعد على تأمين
عملية الانزلاق المعوي ، اذ ترطب المعدة ، وتسهل مرور الكتل البرازية .

● اما عصيرها فهو دمها وهذا سهل الامتصاص ، يدخل الدورة الدموية
حاملًا معه اهم العناصر اللازمة للترميم .

● اذا اردنا ان نتناول سلطة غنية بالبندورة ، فيجب الا نضيف اليها الليمون
او الخل ، بل نكتفي بالزيت بدون الملح ، ويضاف اليها قليل من الثوم او الصل .

علاج مكافحة الاثقان (١) :

تغمس القدم المصابة بالثفن في الماء الفاتر ، لمدة عشر دقائق ثم تقطع شريحة
صغيرة من البندورة الخضراء اليابسة وتوضع فوق الثفن بحيث يلاصق بها الثفن ثم
تلف القدم بالقماش ويتزع عند الصباح .

تكرر هذه العملية خمس ليال متتالية لينقطع الثفن تلقائياً ويزول بصورة
نهائية .

الخرشوف (ارضي شوكة)

● الخرشوف من الخضار الخاوية على الفيتامينات (أ ، و ، ب ،) والأملاح
المعدنية كالمنغنيز والفوسفور .

يؤكل مطبوخاً وهو يساعد جيداً في علاج امراض الكبد واحتقانها ، والتهاب
الكلى ، وانقطاع البول ، وفي بعض حالات الحكة والشرى .

● تستعمل اوراقه وشوكه في التغذية ايضاً .

(١) غلط في الحلد يجب الاقدام

فالاكثار من تناوله يساعد على اذابة الكولسترول وتصلب الشرايين والى انزال الضغط الدموي .

وهو خير مقو للقلب وتنشيط الجسم .

آ - يفيد في الحميات :

تسحق جذوره ويضاف اليها قشر البلوط والخور تسحق جميعها وتؤخذ سفاً .

ب - العقور الكبدى :

تغلى اربع وريقات طرية في لتر من الماء ثم يضاف الى هذا المغلى بعض السكر تؤخذ لمدة اثني عشر يوماً .

الهلينون

● الهليون يؤكل مسلوقاً ومحركاً للشهية قبل الطعام وهو منظم لحركة القلب ويقاوم التعب .

يصنع من براعمه شراب يدر للبول .

كما ان طبخه ينفع في وجع الظهر وعرق النسا .

يؤكل مسلوقاً ايضاً لتقوية الجنس حيث يزيد في المنى والباه .

الفجل

● الفجل من الخضار التي تحتوي على الفيتامينات « آ » و « ث » وعلى الحديد والكالسيوم وهو محرك للشهية قبل الطعام ويساعد على الهضم ، فهو مقو للعظام ومدر للبول .

● يستفاد من عصيره للمصابين بالحصيات الصفراوية ونوبات الرمال البولية ، والنوبات الكبدية على ان يؤخذ هذا العصير صباحاً على الريق .

ويوصف كعلاج لمصابين بالسعال الديكي :

وربما يحرق - حل المحر وحشوة بالسكر ويؤخذ

البصل

● البصل يجتر مكنة تحسن عيبه لأعدية الباقية . كما انه من النباتات القاتلة للجراثيم ويؤكل غالباً نيئاً .

● البصل فوئد كبيرة تحسن بوقوف السطح في قيمته الغذائية ، اذ يحتوي على نكاسيوم وفسفور والحديد . كما انه يحتوي على فيتامين (أ) و (ث) .

يستعمل كعلاج مبدئ في حالات تشمع الكبد والاستسقاء وتورم الساقين ، وانتفاخ البطن ، وبعض امراض القلب

ر خلاصة البصل معمولاً فـلاً لتحريثه لتي تستوطن الفم والامعاء .

أ- علاج لتقوية الجنس :

يعصر البصل ويؤخذ منه ١٠٠ غرام ويضاف الى ٥٠٠ غرام من العسل ويمزج ويؤخذ بعد نضام .

ب- للنظوع :

يُطبخ بصل ويوضع فوق المنحل المصاب ويؤلف بشاشة حتى الصباح حيث يتزع عنها .

الثوم

● الثوم يشبه زميله البصل لكونه قاتلاً للجراثيم اذ يدخل في اغلب الاطعمة ويؤكل نيئاً ومطبوخاً وهو مقومير للشهية ومظهر للامعاء وطارد للديدان .

● للثوم خصائص عدة اذ يساعد الرئتين على التنفس وخاصة في الحالات المرضية كالبرونشيت والربو والسعال الديكي وهو علاج واق فعال في تصلب الشرايين .

١ - لطرد الديدان لدى الأطفال :

يضاف سن واحدة منه الى الحساء ويعطى للأطفال .

للكبار :

يغلى ٢٥ سناً من الثوم في كأس ماء او حليب

او يخلط الثوم المبشور بضعفي حجمه سكرأ ناعماً .

٢ - لطرد الدودة الوحيدة :

يحضر رأس ثوم كبير ويقشر وتبشر فصوصه ، ثم يغلى مدة عشرين دقيقة على النار في قليل من الماء ، يؤخذ هذا المنقوع صباحاً على الريق ويمنع تناول الطعام حتى الظهيرة تكرر هذه العملية لمدة ثلاثة ايام .

ارتفاع ضغط الدم :

يؤخذ سن من الثوم صباحاً

٤ - للسعال الديكي :

يسحق الثوم ويدهس به اسفل الرجلين او العامود الفقري .

البقدونس

● البقدونس مثير للشهية ومسكن للألم ، يستعمل عصيره في حالة التهاب الكبد البسيطة .

١ - يستعمل في علاج انحباس البول :

تشوى اوراق البقدونس وتعمل لزقة خارجية ، وتستعمل ايضاً في حالة التهاب القرنية والتهابات العين وفي الرعاف

٢ - في التهاب وتصلب النهدين :

لصقات توضع على الثدي الموضع

● يستفاد من البقدونس الأفرنجي في زيادة ادرار حليب المرأة المرضعة .

● اما البقدونس العادي فانه يعطي عكس النتيجة المطلوبة .

السلق

● السلق غذاء ملين للامعاء ولذيذ .

يوصف للمصابين بفقر الدم وذلك بطبخه مع اللحمه الهبر المفرومة كل اسبوع مرتين .

للقروح :

توضع اوراقه الخضراء فوق القروح

يحتوي على الفيتامينات « آ » و « ج » و « ك » وغني بالحديد والكلس ويدخل في الغذاء كمانع للغازات والقولنج .

السبانخ

● السبانخ غذاء شتوي ، له قدرة كافية على التغذية ، لوجود العناصر الحديدية في اوراقه ، ويحتوي ايضاً على الكبريت ، والفوسفور ، والكلور ، والكلس ، والنحاس ، وهو غني بالفيتامينات « آ » و « ب » و « ث » .

● من الضروري الاحتفاظ بماء السبانخ عند طهيه ، لأن هذا الماء يحتوي على خلاصة معظم الفيتامينات والاملاح الموجودة في اوراقه ، ويضاف هذا الماء الى الحساء ، كالعدس وغيره وهو ملين للمعدة .

● يؤخذ نيئاً او مطبوخاً في علاج امراض الصدر ، كما ان عصيره المحلى بالسكر يفيد في علاج اليرقان ، والحصىات البولية ، وعسرة البول .

اليقطين

● ويسمى بالعامية « القرع » وتتفوق قدرته الغذائية على الكوسا وينتسب الى

فصيلته وهو غني بالفيتامينات « أ » كما يحتوي على الحديد والكلس .

- يستفاد من بذور اليقطين لطرد الدودة الوحيدة من الأمعاء اذا اخذت هذه البذور نيئة .

الخس

- الخس يعتبر رمزاً للخصوبة والنمو ، وهو يحتوي على المواد الغذائية الكاملة ، كالحديد ، والفوسفور ، والكالسيوم .
- كما انه غني بالفيتامينات « أ » ، « ب » ، « ث » ومقادير عالية من الفيتامينات « هـ » .
- يؤخذ الخس لتقوية البصر ، والأعصاب ، وهو يؤخذ نيئاً غالباً مع « السلطة » ومطبوخاً في اكل الملفوف والخساء .
- يفيد في الامساك ويرطب الجسم ويهدئ الأعصاب .

الفول

- الفول الأخضر غذاء حسن وفاكهة لذيذة ، اما الفول الياس فيكتسب قيمة غذائية كبرى .
- يؤكل الفول نيئاً ومطبوخاً ، وهو غني بالفيتامين « ب » وبالبروتين الذي يغني عن اللحوم .
- اذا اردنا ان نأخذ وجبة غذائية كاملة من الفول يجب ان نضيف الى الفول البندورة والبصل والثوم والزيت والحمص والخبز . فهي تمنح الجسم قوة حرارية تساعد على اداء اشق الأعمال .
- يوصف لعلاج الرمل وعسر الهضم :
- تؤخذ حفصة من ازهار الفول وتوضع في كأسين كبيرتين من الماء وترفع على نار خفيفة لمدة ساعة تقريباً ، ثم يشرب المنقوع صباحاً على الريق .

نبتات

● تعتبر نبتات من غنى لأغذية ونقمة الحرارة ، نظراً لما تحتويه من
النشاء والبروتين وهي تحتوي على معدن عديدة كالحديد والزنك والنيوناس وعلى
الفيتامينات (ث ، و ب ، و د)

● تؤخذ لبطانة مسبوقة ومفوية ومشوية وندهل في كثير من الأضمة .

النوع

● يستفاد من النوع في معالجة مرض معدة و التهابات الجهاز الهضمي ،
وضد الصداع ، وهو حسن نطعم والبرودة في نفس الوقت ، وهو يدخل في الكثير
من المستحضرات بسبب جودة صممه وخاصة لتنظيف والشرب المتوفرة فيه .

● لأوراق النوع تأثيرات هامة وهي نشوية .

أ- ينشط عمل حويصلة المرارة والكبد .

ب- يمنع تفاعلات تفسخ عبر مستحبة في معدة

ج- يخفف من شدة حساسية عشاء معدة الحصى

د- يساعد على رفع تنشجات وتوليد لمرات المعوية

● يستعمل النوع كشاي حسن نطعم كالتالي

● كما يجب عدم غلي النوع شاء مرحة نشوي بل يجب صب الماء الحار
عليها كما يجب عدم الاكثار من شرب شاي النوع

الكماة

● تعتبر الكماة نوعاً من الحبوب وهي تنمو في رضى الأرض ولا
جذع .

تحتوي الكماة على الفوسفور والنيوناسوم والنوديوم والكالسيوم كما انها غنية
بالفيتامين (ب) و (د) و (ب)

● يصنع من الكمأة الحساء وتقدم بجانب الغذاء كاللحوم والخضار لتزيين المائدة بها . كما يجب غسلها جيداً من الرمال والأتربة المتصقة بها وطهيها جيداً وهي سهلة الهضم . وهي تفوق جميع أنواع الفطور في قيمتها الغذائية وهي مقوية للباه والجنس .

الجرجير

● الجرجير نبات يحتوي على مادة خردلية ومواد مرة مع فيتامين « ث » ويحتوي على اليود والكبريت والحديد .

أ - يستعمل كعلاج للشعر المتساقط :

يمزج مقدار ٥٠ غرام من عصير الجرجير مع مقدار ٥٠ غرام من السيرتومع قليل من ورق زهر الورد . ويدلك به جلد الرأس يومياً لمدة شهر .

ب - لأدوار البول .

يعنى مقدار ثلاث حصص من الجرجير مع بصلة كبيرة بيضاء في لتر ونصف من الماء ويستمر في العلي حتى يبقى ثلثه ، وبعد تصفيته يشرب وهو فاتر مقدار محان قهوة في الصباح ونصف فنجان آخر في المساء .

المتة

● المتة شراب ذو مذاق طيب ومفيد ، وله قيمة غذائية لما يحتويه من الفيتامينات « ث » ، وهو كالتهوة منه دون ان يكون له اثر القهوة في القلب والأعصاب .

● من فوائدها الطبية انها يستفيد منها الذين يشكون القبض المضر ، والصداع ، والذين يشكون عسراً في التنفس ، والذين يشكون الشقيقة ، (آلام جانب الرأس والوجه) .

● وهي مليئة للمعدة ومحركة للعضلات الملساء .
يكثر وجود المتة في اميركا الجنوبية وخاصة في الارجنتين والبرازيل .

بذر الخلة

● ان بذور الخلة تستعمل لمعالجة خناق الصدر والنوبات القلبية ولتخفيف الآلام الكلوية والكبدية :

أ - يحضر ملعقة صغيرة من بذر الخلة ومقدار جوزة من شرش الذرة وتضاف الى كوب ونصف من الماء وتغلى على النار حتى يبقى منها كوب واحد ، يؤخذ بعد الأكل بساعة كل يوم ثلاث مرات لمدة عشرة ايام .

ب - لمعالجة الرمل والحصى :

يؤخذ فنجان قهوة زيت زيتون على الريق ومن بعده يؤخذ حلالاً فنجان قهوة ماء ساخن ، وبعد نصف ساعة يؤتى ببذر الخلة وتغلى في كوب ونصف من الماء وتصفى حتى تصبح كوباً واحداً ويؤخذ بعد الماء الساخن ثلاث مرات في اليوم لمدة ثلاثة ايام .

العنّاب

● العناب هو احد الثمار التي تماثل البلح والتين في خصائصه وصفاته .

يوصف كعلاج في حالة الاصابة بالسعال وضيق التنفس .

طريقة الاستعمال :

يغلى ٥٠ غراماً من ثماره في لتر من الماء ثم يصفى ويشرب المقوع بعد الأكل يومياً ثلاث مرات لمدة عشرة ايام

الحثميّة

● الحثميّة هي مجموعة من الأزهار التي يقبل الناس على اقتنائها واستعمالها في الشرب كما في الشاي .

● تستعمل زهورات الحثميّة كوصفة ملينة ومرطبة في حالات السعال والتهاب القصبات

- يحضر ست زهرات ختمية وتضاف الى كوب ونصف من الماء وتغلى على النار حتى تصبح كوباً واحداً ثم تحلى بالسكر ، وتؤخذ ثلاث مرات في اليوم بعد الأكل .
- وفي حالة التهاب الحلق تستعمل غرغرة بدون سكر وفي التهاب اللوزتين كذلك تستعمل غرغرة بدون سكر لمدة اسبوع .
- تستعمل جذور الختمية المطبوخة لتطرية الجلد وتخفيف الآلام .

الزَيْفُون

- الزيفون شجرة غنية عن كل تعريف ، فهي بشذاها وعطرها التي تبعث البهجة في النفوس .
- يصنع من الزيفون شراب مفيد ونافع للصدر . كما توصف في علاجات لتسكين الآلام وتهذئة الأعصاب
- الاستعمال :

- يضاف ملعقة قهوة صغيرة الى كوب ونصف من الماء ثم يغلى على النار حتى يصبح كوباً واحداً ، ثم يحلى بالسكر ويؤخذ بعد الأكل بساعة ، ثلاث مرات يومياً لمدة عشرة ايام .

السَّاق

- الساق شجرة تزرع بكثرة في بلادنا وفي عدد كبير من البلدان ، وتشبه حبات حبات العدس ، ويقطف في موسم الخريف بشرط قبل هطول الأمطار ، لتلا يفقد حموضته .

- يستعمل الساق في حالات الاسهال ، وفي حالات التهاب الحلق « غرغرة » كما انه يستعمل ديباً يضاف الى الاطعمة .

لمعالجة الاسهال الحاد :

يؤخذ عصير الساق بعد الأكل بساعة ، ثلاث مرات يومياً على مدى ثلاثة

أيام ، مقدار نصف فنجان قهوة .

للغرغرة : في حالة التهاب الحلق .

يستعمل منقوعه غرغرة .

هندي شعيري

- هندي شعيري بكثرة وحيده في هذا ونموه من بؤرة على شكل بصيرة .
ثلاث قشور تغلفه وحجمه كحبة حبة البرية الصغيرة .
● يستعمل في عدة علاجات مه

١ - التهاب الحلق وسورين . والتهاب الكلى . والتهاب الكلى . والتهاب الكلى .
من هندي شعيري وتوضع في كوبين من الماء نصف الكوبين من الماء .
الخبيزة وتغلى على نار حتى تصبح كور واحد وتعمل من غرغرة ثلاث مرات يوم
لمدة خمسة أيام .

وبعد الانتهاء من غرغرة يأخذ بعد ميعاد مريض مريض مريض مريض مريض
صغيرة من السلمكة ومغلفة صغيرة من البسور هندي . ويصفى من ماء
الكتان وتغلى على نار في كوب ونصف من الماء ويحلى بالسكر .

تؤخذ صباحاً على الريق ، والأكل بعد ربع ساعة حتى تروى .
كل يومين مرة واحدة ، لمدة ثلاث دفعات .

٢ - للصداع والكبد والتنقية الدم :

يحضر ٥٠ غرام هندي شعيري و ٢٥ غرام صبر هندي .
نبات ، تسحق جميعاً بعد مرجه وتغلى في برطمان من الماء .
صباحاً ومساءً حبة واحدة كل يومين .

تمر هندي

- التمر هندي تصح في حريف . ويصفى من ماء ونحوه صغير .

فلطحتها ، وثمرتها قرنية القوام ، وكل قرن ، يحوي على بذرة واحدة او اكثر حتى الأربع بذور .

● يصنع من التمر الهندي الشراب المعروف بشراب التمر الهندي ويقدم بالمناسبات ، وهو يباع في الأسواق على شكل عجينة بعد تقشير الثمار وعجن لبها .

يستخدم كعلاج لتنقية الدم وتخليصه من الحموضة الزائدة :

يوضع مقدار جوزة تمر هندي في كوب ماء وتصفى بالشاش حتى الصباح ، وتؤخذ على الريق مع تحليتها بقليل من السكر ، وتؤخذ مساءً نصف كوب بعد الأكل .

ام ندين اصيوا باللدانة من المستحسن شربه بدون سكر .

العرقسوس

● لعرقسوس نبات يمو بكثرة في الاراضي الجرداء ، دون رعاية او عناية ، تقتلع جذور هذا النبات ، من الارض ، وتترك اكواماً لتختمر قليلاً ، ليزداد لونها صفراً ثم تنظف من الأتربة العالقة بها وتصدر الى الأسواق .

● للعرقسوس عدة علاجات ، منها ما يؤخذ شراباً في الصيف كمرطب ومانع للعطش ، وهو يفيد في العلاجات التالية :

١ - لمكافحة الأمساك ، وتنشيط الكبد ، ومدر للبول ، وملين للأمعاء :

يسحق ٢٠٠ غرام من العرقسوس ويمزج مع ملعقة صغيرة من الكربونات ويبل بملعقة كبيرة من الماء ، ويوضع داخل قطعة من الشاش وتعلق تحت حنفية الماء ، وتفتح الحنفية نقطة ، نقطة من المساء حتى الصباح ، وتجمع هذه المياه في اليوم التالي لتصبح مقدار لتر من هذا المحلول . تؤخذ منها ثلاث مرات في اليوم بعد الأكل بساعة لمدة عشرين يوماً ، تكرر هذه العملية كلما نقص الماء يومياً .

٢ - للاسهال وتلين الأمعاء :

تسحق مقدار ٦٠ غراماً من العرقسوس ، و ٤٠ غراماً من زهر الكبريت

و ٤٠ غراماً من الشمر ، و ٦٠ غراماً من السنامكي ، و ٢٠٠ غراماً من السكر
النباتي تمزج جميعها وتسف ملعقة واحدة مساء كل يوم لتلين الامعاء ، وملعقتا
قهوة مساء كل يوم لاسهال المعدة .

ويفيد ايضاً في شفاء قروح المعدة والتهابات الامعاء .

الزعرور

● تستعمل ازهار وثمار الزعرور لتقوية القلب وتهدئة هيجان الشرايين
وذلك :

بأن توضع ملعقة قهوة من زهر الزعرور في قدح ماء مغلي وتؤخذ مرتين او
ثلاث مرات في اليوم لمدة عشرين يوماً بعد الأكل .

الكمون

● يستفاد من الكمون في الغذاء لاثارة الشهية ولمعالجة التشنج وفي طرد
الغازات .

أ - للتشنج وطرد الغازات :

توضع ملعقة صغيرة من بذور الكمون في لتر من الماء وتغلى على النار ، يؤخذ
نصف فنجان قهوة قبل الأكل بنصف ساعة ثلاث مرات يومياً ، لمدة خمسة عشر يوماً

ب - لادرار الحليب لدى المرضعات :

يمزج قليل من العسل في غرام واحد من الكمون المسحوق ويعطى
للمرضعات لأدرار الحليب .

الزُعْتَر

● يعتبر الزعتر من اهم الأغذية الصباحية التي تؤخذ في بلادنا ، وهو مضاد
للتخمرات المعدية والمعوية ، ويؤخذ مضافاً اليه الزيت او العسل . ويضاف الى

العجين ليصبح « منقوشة » بعد وضعها في الفرن وتؤكل ساخنة .

١ - في التهابات الشعب التنفسية والسعال الديكي والربو : يؤخذ مغلي الزعفران الممزوج بالعسل .

٢ - في تحركات الحمى بالمثانة :

يؤخذ مغلي الزعفران الممزوج بالعسل نفسه ، واليك طريقة صنعه :

يوضع ١٠٠ غرام من الزعفران و ٢٠٠ غرام من العسل الصافي في ٣٠٠ غرام من الماء وتغلى على النار يؤخذ بعد الأكل بساعة ثلاث مرات يومياً لمدة خمسة عشر يوماً .

اليانسون

● يستعمل اليانسون في اعداد انواع كثيرة من الحلويات الشهية كما يدخل بصورة رئيسية في صنع المشروبات الكحولية وخاصة « العرق »

يعطى مغلي اليانسون للأطفال والرضع لطرد الغازات وتهدئة اعصابهم وتخفيف حدة بكائهم .

● يؤخذ مسحوقاً مضافاً اليه الماء او العسل لاثارة القابلية للطعام .

العبيتران

● تستعمل اوراق العبيتران في علاج الام الحجرة « غرغرة » يحضر ملعقة من العبيتران ويضاف الى كوب ونصف من الماء ويغلى على النار ويعمل به « غرغرة »

الشمرة

● الشمرة نبات مُعَطَّر يدخل في صنع العجة بمقدار غرام واحد ليكسب الطعام مذاقاً طيباً .

● يوصف لطرد الغازات والربو ومهدئ للأعصاب : يمزج ٥٠ غراماً من

الشمرة و ٢٥ غراماً من سكر النبات بعد ان تسحق لتصبح ناعمة ، وتؤخذ مساء عند النوم لمدة عشرة ايام .

١ - يعطى للأطفال شراباً كمنوم ومهدىء : يغلى مسحوق الشمرة بعد اضافة قليل من السكر اليه في كوب ونصف من الماء .

٢ - كما يعطى هذا المغلي ايضاً للمصابين بالسعال والربو .

اوراق الغار

● ان مغلي وراق الغار منشط للصحة والكبد وطريقة تحضيره كما يلي :

تغلى ورقتان من الغار مع قليل من قشر البرتقال الجاف في ٢٠٠ غرام من الماء لمدة ربع ساعة في وعاء مغطى .

● كما يدخن زيت الغار في صناعة المشروبات الكحولية ، وفي صنع الصابون

كَبْشُ الْقَرْنَفُل

● يوصف كبش القرنفل لتطهير الجروح وتخفيف الآلام .

تغلى مع قليل من الماء وتؤخذ كمطهر للجروح ولتخفيف الآلام .

يضاف الى قليل من الحمر ويؤخذ لطرء الرشوحات يستعمل مغلي كبش القرنفل في « غرغرة » لتخفيف آلام الأسنان .

الخَرْدَل

● يستفاد من بذور الخردل ، ويستعمل مطحونه ك لصقة لتخفيف آلام احتقان الدم ، واحتقان الرئتين ، توضع اللصقة على الجسم فتخمرها ، وتقضي على الاحتقان .

● يستعمل الخردل ايضاً في الغذاء كمثير للمشية بعد مزجه بالخل ، لانه يثير

اللغاب بالنم ، ويسهل المضغ ، فيزيد في افراز العصارات الهضمية ، وينشط عضلات المعدة ، وهو عامل فعال ضد التسمم فيما اذا اخذ الانسان طعاماً فاسداً .
لانه يعقم المعدة ، ويجب تناوله باعتدال .

لصنع لزقة :

يطحن الخردل ويبل بالماء ويوضع بين شاشتين ويلصق على البشرة لمدة خمس عشرة دقيقة وترفع من محلها وتوضع بجانب الألم وتلف حتى الصباح ثم تتزع وتصنع لزقة اخرى ، وتكرر لمدة ثلاثة ايام .

البابونج

● تسويح ذات جميل الشكل ، ينمو في الحقول والبراري ، زهرة البابونج ذات لون بصر في قمتها رأس اصفر اللون ، ولها رائحة مميزة .

● يستفاد من تسويح لمعالجة الالتهابات الجلدية ، ولتهذئة الأعصاب ، ولمعالجة نقرات صدرية ، والرشوحات الرئوية ، ولطرد الغازات ، ولشفاء القرحات معدية ، ولغسل عيون الأطفال ، ولتخفيف آلام العادة الشهرية ، ولغسل المهبل وعلاج افرازاته .

يعمل حفة شرجية في علاج الامساك . يغلى البابونج على النار كالشاي ويحلى بالسكر ويؤخذ شراباً اما لعمل حفة فبدون سكر .

يستنشق بخاره في التهابات التجاويف الأنفية .

كما يجب عدم مزجه بالسكر في غسل عيون الأطفال ، وغسل المهبل ، وتخفيف آلام العادة الشهرية .

البنفسج

● تستعمل ازهار البنفسج المجففة عوضاً عن الشاي ، يسكب على الأزهار كمية من الماء المغلي ، ثم يحلى بالسكر ويؤخذ شراباً لذيذاً ومفيداً .

ويستفاد من مغلي البنفسج لمعالجة الرشح والسعال وأمراض البرد ،
والامساك .

الخبيزة

● تخزين ازهار الخبيزة بعد تجفيفها وتستعمل كمنقوع لبعض الحالات المرضية
منها :

أ - كمسكن للآلام الحلق ، يعمل منه منقوع حار « غرغرة » . لترطيب
الامعاء وتخفيف آلام البطن ، يؤخذ منه حقنة شرجية .

ب - للمصابين بأمراض الكلى والمثانة ، يؤخذ منقوع الخبيزة صباحاً لمعالجة
القروح والالتهابات الجلدية ، تطبخ اوراقه وتوضع فوق القروح ، والالتهابات
الجلدية وتربط بقطعة من القماش .

يؤخذ كفسولات مهبلية لتلطيف احتقان غشاء المهبل .

حشيشة القطه

● تغلى حشيشة القطه مقدار ملعقة قهوة صغيرة في كوب ونصف من الماء ،
وتؤخذ صباحاً ومساءً ، بعد الأكل بساعة لمدة خمسة ايام وذلك لمعالجة خفقان
القلب ، وتوتر الأعصاب ، وتهذئة الأعصاب وكمنوم ويؤخذ مغلي حشيشة القطه
في نصف كوب عند المساء بعد الأكل .

المحلب

● يستعمل المحلب مسحوقاً في تركيب الحلويات لأعطائها نكهة لذيذة
وخاصة مع الكعك .

● يوصف كعلاج مسكن للآلام وللخاصرة والظهر ، وفقر الدم .

العلاج :

يمزج مقدار ١٠٠ غرام من المحلب مع ١٠٠ غرام من السكر النبات و١٢ حبة

لوز حلوة وتسحق جميعها لتصبح ناعمة وتسف مرتين بالنهار بعد الأكل لمدة ٢ يوماً
لعلاج السكري .

يسحق ١٠٠ غرام من المحلب مع ١٢ حبة لوز وتسف مرتين باليوم بعد الأكل
بساعة لمدة ٢١ يوماً .

العفص

● يستفاد من العفص لعلاج القروح ، والاسهال المزمن ، وتآكل الأسنان .
يسحق العفص ويمزج بالماء ويستعمل شراباً لمكافحة الاسهال المزمن ، وتآكل
الأسنان .

يمزج العفص المسحوق بالخل ويطلّى به قروح الجسم . يسود الشعر اذا غسل
بمائه .

القنطريون

● يوصف القنطريون كعلاج للملاريا ومُشهيّاً :
تغلي ثلاثة عيدان منها مع زهرة في كوب ونصف من الماء ويصفى ويؤخذ
صباحاً ومساءً لمدة اسبوع مع تحليته بقليل من السكر .

القطران

● يوصف القطران كعلاج ضد الجرب ، والقمل والصبيان ، وتدهن به
الحيوانات اذ يقتل جميع المكروبات على اجسامها .
- للصداع البارد يدهن الرأس بالقطران .
- لطرد الحيوانات السامة يرش القطران حول الدار فتهرب الحيوانات السامة
كالعقارب والحيات .

- لطنين ودوي الأذان : يقطر فيها القطران مع قليل من ماء الزوفا ، ويقطر

عبد الوہاب الأسدي، ص ۱۰۰، تحقيق لامي.

١ - سعد حرم والرتو . يؤتى بريق صغير بدون ان يغسل ، ويوضع
دحه تحت فخذ شدي من القطران ، يبدأ بخضه كل ساعتين مرة لفترة ست
مرات . وبعد هذه بريق فوق صحن الى الصباح ، ثم يفرغ القطران منه
ويشاهد من حميد حرم . يخص الابريق ، ويفرغ منه الماء على الارض ، يعا
الابريق ماء شرب منه . يعمل هذه الطريقة لمدة شهرين حتى يزول السعال
والرتو . يستخرج من هذه العمية . عدسة في راحة لقطران بالماء المعبا بالابريق

سحر القبطیان ۱۱۱

● عند زرع البذور في الحقل، يوضع داخل هذه الحفر بذرتين
من البذور في كل حفرة، وفيها تمسك منقعة لكل حفرة، ثم تغطى الحفر
بالتراب، ولا تعود تدخل الدار.

● حب هذه الحبة . تدهن بماء من حيث انها تسمى بقيمة الذهب لما لها من ملاحات . وهي حبة بالبرونز والفضة والفضة ، وهي تحاثل زيت كبد السمك . يستعملها عذبة السمك .

● صف حبة بمرصعت بعد التوضيع مباشرة ، لزيادة افراز الحليب
من الثدي من قبل الأمه ، ومنسجلاء ، تمزج الحبة بالعسل
مفيد - لأمساك البرص - علاج الصبر ، والخلق ، والسعال ، والربو ،
صف حبي

لنحضر السكرى نضع حبة عند المساء في الماء وفي الصباح يؤخذ من
منه خبزاً أو من ثمرة برادة ونكرر العملية لمدة اسبوع .

- لا يقاف افراز الحليب لدى المرضعات عند الفطام توضع عدة وريقات من الجوز الاخضر فوق ثدي المرضع .

- للسيدات اللواتي يشكون من السيلانات المهبلية : تغلى اوراق الجوز في لتر من الماء ، وتترك حتى تبرد مدة ربع ساعة ثم تستعمل حقنة مهبلية .

- لفتح الشهية الى الطعام ولتقوية البنية والجنس : يوضع ٢٥ غراماً من قشور الجوز الخضراء في لتر من الماء ، ويغلى على نار هادئة مدة نصف ساعة ، ثم يضاف اليه قليل من السكر ، يؤخذ منه قبل كل طعام مقدار فنجان قهوة .

زيت الخروع

● يستفاد من زيت الخروع لمعالجة عدة امراض وقروح جلدية منها (الثالول) وذلك بذلك الثالول ٢٠ مرة في الصباح ومثلها في المساء حتى يدحل الزيت الى داخل الثالول لمدة ثلاثة اسابيع .

- لشفاء صرة الطفل عند الولادة ولمعالجة تقرحات الجلد ، ندهن بزيت الخروع ، ولادرار الحليب ايضاً ندهن الثديان بزيت الخروع .
- لاهمرار العين وتهيجها تنقط فيها نقطة من زيت الخروع .

- يؤخذ مسهلاً للمعدة وذلك بغلي فنجان قهوة من البابونج مع كباية من الماء ، وتمزج مع زيت الخروع وتؤخذ صباحاً على الريق .

- لعدم سقوط شعر الرأس : يوصف فنجان قهوة زيت خروع مع فحان قهوة سبيرتو ايضاً مع فنجان قهوة خل العنب ، تمزج جميعها ويدهن بها الرأس في الاسبوع مرتين .

- للبواسير الخفيفة تدهن بزيت الخروع لتعيدها الى الداخل ، حيث ان زيت الخروع يطريها .

- لوجع الاقدام تدلك بزيت الخروع في المساء قبل النوم ثم يلبس الجوارب وينام فيها حتى الصباح ويعمل بها مرتين في الاسبوع .

- لازالة الشامه من الوجه : تدلك الشامه بزيت الخروع في كل مساء وعند المساء تمسح الشامه بقطعة من القماش لازالة الفائض من الزيت عن الوجه ، لمدة ثلاثة اسابيع .

- تظهر عادة في الوجه وظاهر اليد بقع سمراء ناتجة عن اضطراب في الكبد .
تدلك في الصباح والمساء بزيت الخروع لمدة شهر تقريباً لتزول هذه البقع .
- لتوقيف الحمل لفترة ما : يؤخذ حبة واحدة من بذور الخروع فيمنع الحمل لمدة سنة واذا اخذت حبتين يمنع الحمل ايضاً لمدة سنتين .

زيت الذرة

● يستعمل زيت الذرة لمعالجة الرشح والربو بأخذ ملعقة كبيرة مع كل وجبة طعام .

- لازالة القشور من اطراف العين ، يؤخذ ملعقة كبيرة من زيت الذرة في الصباح وملعقة ثانية في المساء .

- يفيد زيت الذرة الشعر وجلد فروة الرأس ويعطي الشعر لمعاناً ويزيل قشرة الرأس ، يدلك به جلد الرأس برؤوس الأصابع ، ثم تبلل فوطة بماء ساخن وتعصر جيداً ، وتلف فوق الرأس ، يعمل بها ست مرات كل يوم مرة واحدة .

- يستفاد من شعيرات الذرة لأدوار البول اذ يغلي ٢٥ غراماً من هذه الشعيرات في لتر من الماء ويشرب هذا الماء في التهابات المثانة المزمنة والرمال البولية ، والأمراض القلبية والتبول الزلالي .

الشوفان

● يستعمل مغلي قش الشوفان المحلى بالسكر كدواء ضد الارق ، ومهدىء للسعال العنيف ، والسعال الديكي ، والتهابات الكبد ، والمرارة والمغص الكلوي . كما يفيد في تسكين نوبات الحصاة البولية .

- للروماتيزم وآلام الكلى والاضطرابات البولية ينصح بالاستحمام بماء فاتر الشوفان .

- يوصف حب الشوفان كملين ومسكن للبواسير اذ يوضع عشرون غراماً من حبوب الشوفان في لتر من الماء وتغلى ويؤخذ محلياً بالسكر :

الحمص

● للحمص مكانة مرموقة على الموائد ، فهو يؤكل اخضراً ومطبوخاً ، ومسلوقاً ، ومسحوقاً . وهو يحتوي على المواد البروتينية المغذية .

- والحمص الحاف يحتوي على المعادن مثل الكبريت والفوسفور والكلور والبوتاس والكلس والحديد .

- يستعمل في المأكّل الشعبية كالفتة ، والحمص بالزيت والفلافل وهو يلين البطن ويدر البول ويزيد في القوة الجنسية . ويصنع من الحمص « القضامة » للتسلية .

الرز

● يستعمل الرز في جميع البيوت فقيرها وغنيها لأنه رخيص الثمن ، ويقدم مع جميع المأكّل والخضراوات على اختلافها .

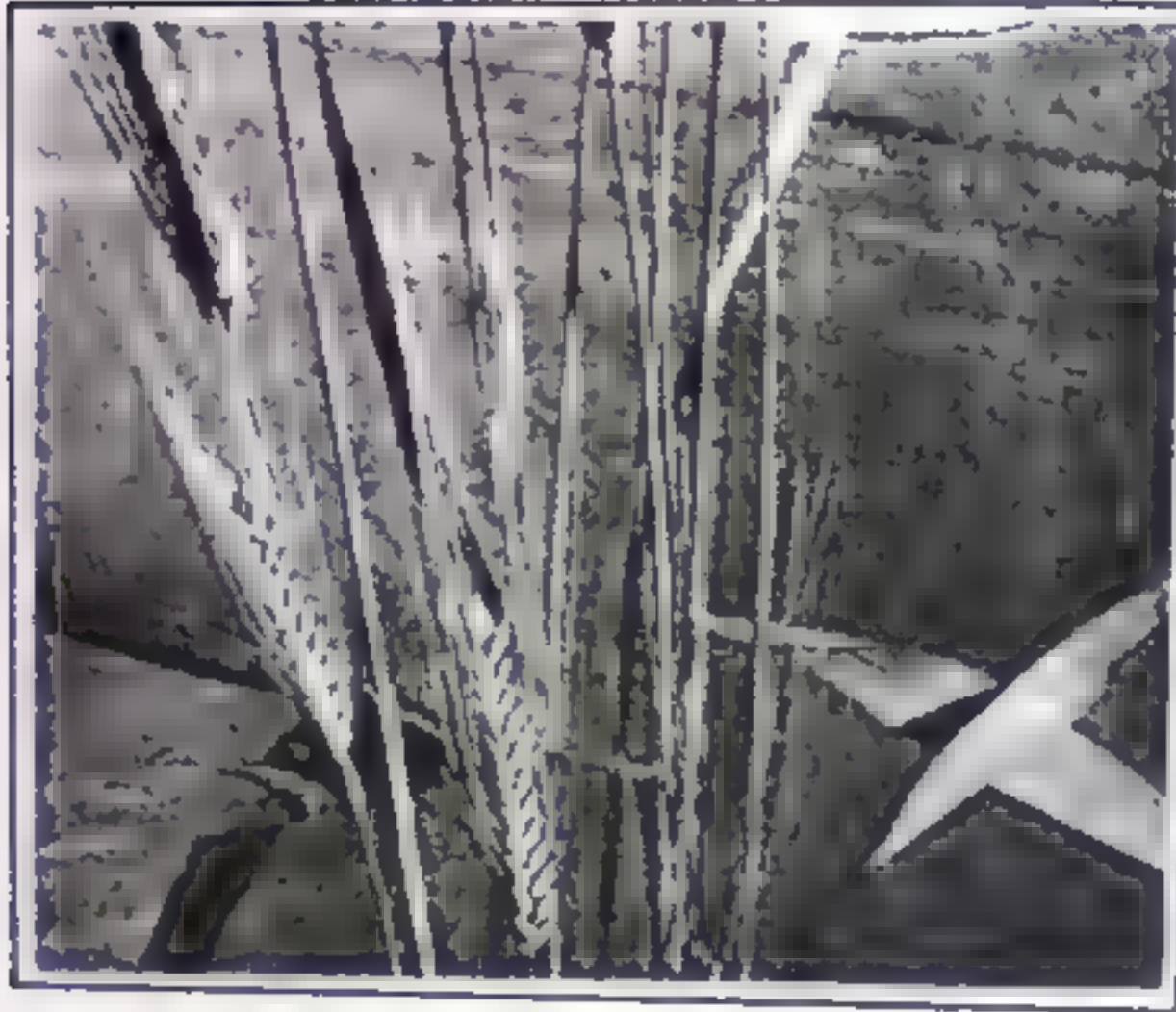
● يحتوي الرز الابيض المقشور على البوتاس والصوديوم والكالسيوم والمنغنيز والحديد والفوسفور والكبريت واليود . ويحتوي الرز الاحمر على الفيتامينات (أ) و (ب) و (و) .

- يمنع اعطاء الرز للمصابين بالسكري لغناه بالمواد النشوية . وهو يعتبر غذاءً جيداً للمصابين بارتفاع الضغط .

- ويفيد مغلي الرز في شفاء اسهالات الاطفال الصيفية . ويدخل الرز في علاج الالتهابات ككمادات بعد طبخه

ـ لتطرية الجلد وتليينه وامتصاص العرق يضاف اليه مسحوق التالك ويصبح مرهما يدهن به الجلد .

القمح



● القمح يعتبر من اقدم ما عرفه الانسان من الغذاء الذي لا غنى عنه لكل فرد لما يحتويه من موادالبوتاسيوم والصوديوم والمغنزيوم والفوسفور والحديد والكالسيوم والسليكون .

● وتحتوي النخالة على الفيتامين (ب^١) و (ب^٢) و (ب^٦) و (ب ب) و (و) .

وبناء على ما تقدم فان الخبز الاسمر الحاوي على النخالة يعتبر المغذي الحقيقي والنافع لان الخبز الابيض يفقد جميع المواد الغذائية من الفيتامينات والمعادن التي تغذي الجسم والتي تهب الدم القوة والحوية والاكسجين . فالكلسيوم يبني العظام ويقوي الاسنان ، والسليكون يقوي الشعر ويزيده لمعانا واليود يعدل عمل الغدة الدرقية ، ويضفي على آكله السكينة والهدوء ، والبوتاسيوم والصوديوم والمغنزيوم تكون الانسجة والعصارات الهاضمة .

● يستفاد من مغلي النخالة كمهدىء ضد السعال والزكام الخفيف والحميات ، اذ يغلى مقدار قبضة من النخالة في لتر من الماء .

ـ يستفاد من مغلي النخالة في حالات تقرحات المعدة .

للاستحمام في النخالة ضد الروماتيزم : يوضع كيلو من النخالة في خمس لترات من الماء وتغلى لمدة نصف ساعة ثم يضاف هذا الماء الى ماء البانيو .

ـ اما دقيق القمح فيستخدم كعلاج لتهيجات الجلد الملتهب والرضات فيعمل عجينة ويدهن بالزيت ، ويوضع كمادات فوق الجلد ويربط حتى الصباح لتزول

الالتهابات والأورام ، وتخف الأوجاع .

- ان الخبز غذاء ممتاز لا غنى للإنسان عنه ، واول طرق الاستفادة منه هي مضغه مضغاً جيداً . كما ان الخبز الجاف اسهل هضماً من الخبز الطازج ، لذا من المستحسن تحميص الخبز ليسهل هضمه .

البرغل

● تُصنع من البرغل مأكّل عديدة ومتنوعة ، وتضاف اليه اغذية اخرى كالخضار واللحوم والبقول .

يصنع البرغل من القمح الكامل بأن يسلق جيداً ثم يجفف بأشعة الشمس ثم يطحن بمطحنة خاصة تحول القمح الى برغل من نوعين ناعم وخشن وكل منهما له طرق خاصة في الطهي والاستعمال .

● يحتوي البرغل على الفيتامين (آ) و (ب) و (د) و (و) . فالبرغل يحتوي على جميع حوائض القمح وقشوره . فهو سهل الهضم لأنه يطبخ مرتين الاولى عند السلق ، والثانية عند التحضير . فهو خير من الرز واغنى منه بكثير من المواد والفيتامينات .

● والبرغل لا يسبب السمة . كما انه يهضم جيداً اذا كانت المعدة قوية ، اما الذين يشكون من ضعف المعدة فيجب عليهم الاقلال من تناوله .

الشعير

● ان الشعير يماثل القمح بقدرته الغذائية غير انه عسير الهضم لكثرة الالياف فيه ، ويحتاج الى معدة قوية وهضم جيد ، يستفيد منه المجهدون والعمال والفتيان وهو يتميز عن القمح بما فيه من المواد المعدنية الهامة كالفسفور والكلس والبوتاس .

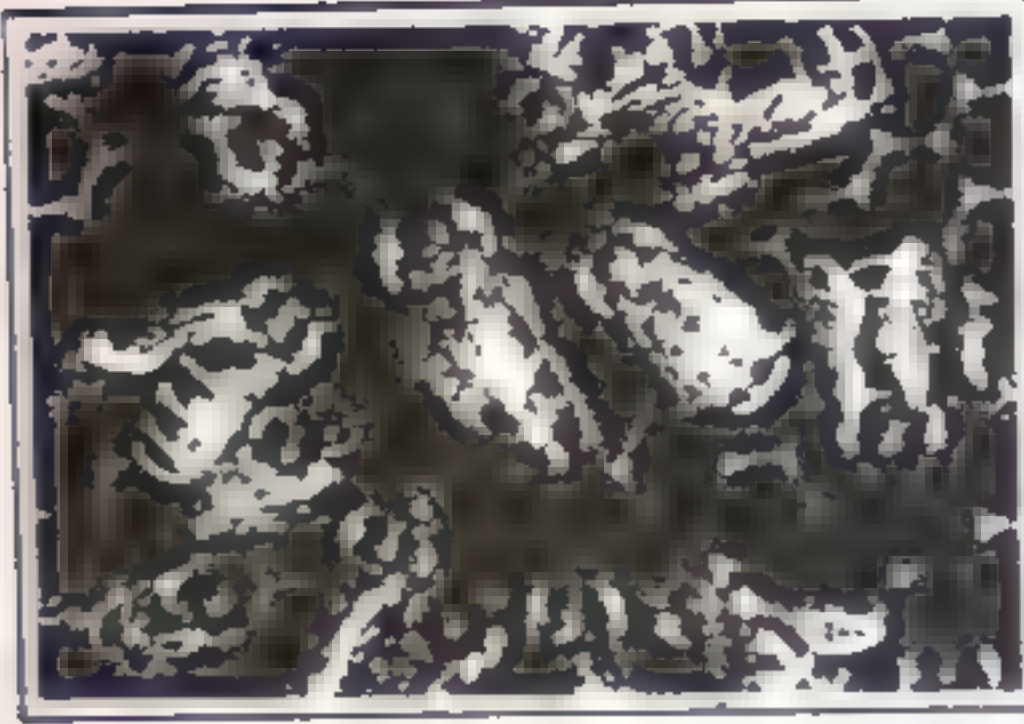
● عند الحاجة يمزج دقيق الشعير مع دقيق القمح فيكون غذاءً ممتازاً غير ان لونه وطعمه ليس مقبولاً كالخبز المصنوع من القمح .

● ويدخل الشعير في صنع الاشربة المشهورة (كالبيرة) .

- يستفاد من نخالة الشعير في تسكين آلام التهابات المثانة .

- ويصنع من دقيق الشعير المزوج بالخل مرهم يعالج به آلام الظهر المسماة (مناجو) . كما يصنع من مسحوقه مقو يؤخذ بعد غليه ويستخدم ماؤه في تنظيف الجروح المتقيحة .

العسل



● العسل غذاء حي استمد وجوده من الازهار والنباتات واشعاعات الشمس والهواء فهو بمثابة (مدخرة) لمزايا هذه الظواهر الطبيعية التي تحتوي سر الحياة

● فالعسل هو نتاج النحلة اذ تطير مسافات بعيدة وتمتص الرحيق من

الازهار وتجمعه وتقرره في الخلية ومن ثم يبدأ بقطعه ويعد للأكل وهو يدخل في كثير من العلاجات .

● العسل اغنى الاغذية بالمواد المعدنية كالحديد والكلس والفوسفور والكبريت والفيتامينات (ب) و (ث) .

● يوصف العسل للواثنين والعمال :

- يوضع ملعقة كبيرة من العسل على الخبز ويمزج بموزة واحدة ونصف تفاحة مبروشة ويعمل منها سندويش وتؤخذ لمدة شهر يومياً .

- يعطى ملعقة كبيرة للطفل يومياً يقيه من شر الكساح .

- يعطى للطفل ملعقة صغيرة قبل النوم يمنع تبوله في الفراش .

فالعسل ينظم حركة التنفس وينفع المصابين بفقر الدم والشيخوخة ويعتبر في كثير من العلاجات .

الحليب

● الحليب مُغَذٍّ وَمُنَشِّطٌ بِشَكْلٍ جَيِّدٍ وَهُوَ مُرَكَّبٌ مِنْ مَوَادِّ دُهْنِيَّةٍ وَأَمْلَاحٍ مَعْدَنِيَّةٍ وَسُكَّرِيَّةٍ وَمِنْ الْكَلْسِ وَالسُّودِيُومِ وَالْحَدِيدِ وَالْفُوسْفُورِ وَمِنْ الْفَيْتَامِينَاتِ (أ) وَ(ب) وَ(ث) وَلَمَّا كَانَ الْجِسْمُ بِحَاجَةٍ إِلَى كَمِيَّةٍ كَبِيرَةٍ مِنَ الْكَالْسِيُومِ فَلَا يَدُ مِنْ تَنَاوُلِ الْحَلِيبِ بِكَمِّيَّاتٍ كَبِيرَةٍ وَبِصُورَةٍ مُعْتَدِلَةٍ .

● وَلِتُعَاطَى الْحَلِيبُ بِشَكْلٍ أَفْضَلَ يَسْتَحْسَنُ أَنْ يُؤْخَذَ عِنْدَ الصَّبَاحِ مَعَ إِضَافَةِ قَلِيلٍ مِنَ الْبَنْ أَوْ الْكَكَاءِ أَوْ إِلَيْهِ أَوْ الشَّايِ وَهُوَ غِذَاءٌ مَثْبُتٌ لِلطَّلَابِ وَالْمُسْتَعْلِينَ بِعَقْوَمِهِ وَلَهُ صِلَةٌ وَثِيقَةٌ بِقُوَّةِ الرَّجُلِ الْجَنْسِيَّةِ وَيَتَنَاوَلُهُ الرِّبَاصِيُونَ وَالْعِمَالُ .

● كَمَا أَنَّ أَكْثَرَ أَنْوَاعِ الْحَلِيبِ شَبْرَعًا وَأَقْلَهَا كَلْفَةً هُوَ حَلِيبُ الْبَقَرِ وَهُوَ أَحْفَ حَلِيبٍ عَلَى الْمَعْدَةِ بِالنِّسْبَةِ لِلْأَطْفَالِ وَلِلدَّقِيقِينَ .

● وَيَسْتَخْرَجُ مِنَ الْحَلِيبِ اللَّبَنُ ، وَالزَّبْدَةُ وَالْجُبَّةُ .

اللبن

● إِنَّ اللَّبْنَ يَدْخُلُ فِي كَثِيرٍ مِنَ الْأَطْعِمَةِ وَالْأَغْذِيَّةِ وَلَهُ قُدْرَةٌ عَظِيمَةٌ عَلَى تَطْهِيرِ الْأَمْعَاءِ مِنَ الْجُسْرَائِيمِ وَإِخْلَاطِهَا دُونَ حَدُوثِ التَّخْمِرَاتِ وَالتَّفْسِخَاتِ الْمُؤْدِيَةِ إِلَى التَّسَمُّمِ ، كَمَا أَنَّ اللَّبْنَ الرَّائِبَ يُؤْخِرُ أَعْرَاضَ الشَّيْخُوخَةِ .

● يَحْتَوِي اللَّبَنُ عَلَى مَحْمُوعَةٍ مِنَ الْفَيْتَامِينَاتِ (أ) وَ(ب) وَ(ث) وَ(د) وَيَفِيدُ اللَّبَنُ فِي إِذَابَةِ الرَّمَالِ السُّوْلِيَّةِ كَمَا يَجْمَعُ تَشَكُّلَ الْحَصِيَّاتِ فِي الْكُلَى وَالْمَثَانَةِ .

● كَمَا أَنَّ اللَّبْنَ يَفِيدُ النَّثَّةَ إِذَا دَلَكْتَ بِهِ وَيَكْسِبُ الْفَمَ رَائِحَةً طَيِّبَةً إِذَا اسْتَعْمَلَ فِي « الْمَضْمُضَةِ » . وَيَجْعَلُ الْأَسْنَانَ نَاصِعَةً .

● وَأَنَّ مَصْلَ اللَّبَنِ يَحْتَوِي عَلَى عَصَاصٍ مُفِيدَةٍ مَدْرَةٍ لِلْيُولِ لِذَا يَجِبُ الْإِسْتِفَادَةُ مِنْهُ بَدَلًا مِنْ طَرَحِهِ .

الجبن

● لَقَدْ اعْتَدْنَا عَلَى تَنَاوُلِ الْجَبْنِ مَعَ طَعَامِ الْفُطُورِ وَالْفَوَائِدِ الَّتِي يَحَقِّقُهَا الْجَبْنُ

أكثر من أن تحصى ، انه يحوي على أكثر عناصر الحليب . كما انه يعتبر غذاءً هاضماً إذا أخذ بعد الطعام لأنه يمتص الحوامض الزائدة في المعدة ويساعدها على الهضم .

● فالجبين يحتوي على المعادن كالكلس والفوسفور ومن الفيتامينات (آ) و (د) و (ب) و (ب^١) و (ب^٢) و (ب^٣) و (و) و (هـ) لذلك فالجبين يفيد في آفات الجلد والتهاب الملتحمة العينية ، والتهاب غشاء المثانة ، والتهاب الشبكة العينية . وإذا أخذ الجبين بعد الطعام فإنه يساعد على الهضم ويحول دون حدوث الحرقه والآلام لدى المصابين بفرط الحامضية والفرحة المعدية أو الأثني عشرية .

● للجبين انواع كثيرة منها الطري ، والمطبوخ ، والمتخمّر :

- فالجبين الطري يتم الحصول عليه بإضافة « المفحة » الى حليب لم تزد حرارته فيتخثر ثم يعصر ويصب في قوالب ويؤكل نيئاً بعد اضافة الملح اليه

- اما الجبين المطبوخ فتضاف « المفحة » الى الحليب الفاتر ويسخن مرة اخرى لدرجة ٦٠ ثم يعصر ويصب في قوالب ويسمى (القشقوان) او (الرومي) او (الغرويير) .

- اما الجبين المختمر ويتم الحصول عليه بترك الجبين الطري بعد فصله من مصله حتى يتخمر ويتعفن ومنه يستخرج « الشنكليش » الذي يكثر استعماله في بلادنا وخاصة في مدينتي حمص وحماه في سوريا .

الزبدة

● الزبدة هي إحدى مشتقات الحليب وتحوي على ميزات الحليب وفوائده يضاف اليها ارتفاع نسبة المواد الدهنية ارتفاعاً كبيراً .

● ان طريقة صنع الزبدة قد تطورت مع تطور الزمن فهي تعتمد على المراحل التالية : التجميع - ثم النضج - ثم المخض - ثم الصر .

● فالزبدة مادة سريعة العطب لذلك يتطلب حفظها بعناية خاصة في درجة برودة معينة .

- يستفاد من الزبدة للمصابين بتصلب الشرايين وهي مسؤولة عن ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم اما اذا اخذت بمقادير معتدلة فليس هناك اي محذور من تناولها .

- وتعتبر الزبدة افضل من السمن النباتي كمادة دهنية حيوانية نظراً لاحتوائها على الفيتامين (أ) .

- تفسد الزبدة بتماسها مع الأوكسجين اي مع الهواء لذا يجب حفظها في رقائق من الألمنيوم ووضعها في البراد .

الزيت

● يستخرج الزيت من عدة نباتات ، منها زيت الزيتون وزيت القطن ، وزيت الفستق ، وزيت دوار الشمس ، وزيت الذرة ، وزيت فول الصويا .

● ان هذه الزيوت لا تحتوي على الأحماض المشبعة التي تحتوي عليها المواد الدهنية الحيوانية ولذا فهي لا تسبب ترسب الكوليسترول . ولا في حدوث آثاره الضارة وان اهم هذه الزيوت النباتية هي : زيت الزيتون فهذا الزيت يمتاز عن غيره من الأدهان والزيوت بصفات كثيرة تعود على الانسان بالصحة والعافية . لانه سهل الهضم ويحتوي على عدد من الفيتامينات الضرورية لجسم الانسان منها فيتامين (د) الذي يقى الاطفال شر الشلل وتقوس الساقين . ويعتبر زيت الزيتون عاملاً قوياً في زيادة القدرة على التفكير والذكاء . كما انه مادة غذائية شهية ومعترة ويجلب الشهية للطعام .

● ولما كان زيت الزيتون غنياً بالفيتامين (و) فهو مخصص ، مقول للنسل ويفيد الشيوخ في منحهم القوة الجنسية .

- يستعمل في حالات الحصيات المرارية الكبدية ، وفي حالات الأمساك والتشنج المعوي .

- للأمساك يمكن تناول ملعقتين كبيرتين من الزيت قبل الطعام بنصف ساعة . لا يدخل الزيت في كثير من المراهم .

اللحوم

● اللحم عنصر اساسي ومغذ للـجسم وغني بالأملاح المعدنية كـفوسفات البوتاسيوم والصوديوم والكلس والمانيزا والكلور والحديد وهو غني بالمواد الزلالية والبروتينات .

● والكبد الحيواني اعنى من اللحم في فيتامين (أ) الواقى من مرض ضعف البصر ليلاً وفى جانب الفيتامين (أ) نجد في الكبد مقادير وفيرة من فيتامين (د) الواقى من تشقق ولين العظام ومقادير نسبة من فيتامين (ب^١) الواقية من فقر الدم

● فصل لحموم هي لحم السم والبقر لأنها سهلة الهضم وافضلها لتقوية الجسم

- يدخل لحم في عدة انواع من الأعدية فهناك طرق عدة بالنسبة للطهو واهمها : المشوي والمقل والمسلوق .

يصنع الساقين من المرضى والمصابين بفقر الدم بتناول اللحوم والدجاج والكبد ولاكثر منها لأنها تعمل الى أكلها الحديد وهو المادة الضرورية لكل انسان .

المقاديم

● المقاديم (اى الكوارع) هي ايضا احدى الأغذية الشعبية الشائعة والتي يصنع منها عدد من المأكـل الشهية وخاصة الحساء المعروف « بالفتة » فهي تفيد في تنبيه الشهية وفي حالات الضعف العصبي والقناعة وأمراض العظام والضعف العام .

السمك

● السمك مصدر جيد من مصادر البروتين وهو يتفوق على اللحم من هذه الناحية .

● ويمتاز دهن السمك عن دهن اللحم بأنه اسهل هضمًا لوجود نسبة اليود التي تسهل العصارة البنكرياسية مهمة امتصاصه .

● والسّمك غني ايضاً بالفوسفور الذي له دور بالغ الأهمية في حياة الأنسجة ، اذ يساعد العامود الفقري والأسنان على النمو ، وهو يحتوي على الكالسيوم ومن الفيتامينات على (آ) و (د) التي تعتبر علاجاً لتقوس الساقين .

● والفوسفور الموجود في السمك يساعد المصابين باضطراب الذاكرة او ضعفها .

وهناك عدة طرق لاستعمال السمك في الطعام : طازجاً او محفوظاً بالعلب او مجففاً او مدحناً .

الدجاج والطيور



● الدجاج من الطيور الداجنة التي اهتم الانسان بتربيتها ليسهل عليه تناول لحومها وبيضها وهو ثمين في طيب مذاقه ولذّة طعمه .

● يمتاز لحم الطيور قبل كل شيء برقته لانه يحتوي على انسجة عضلية مرنة يسهل تفتيتها لأنها حالية من ذلك الغلاف القاسي الذي يلف العضلات والذي نراه في لحم الماشية ، وينتج عن ذلك تسهيل مهمة مضغه وهضمه .

● الدجاج يؤكل عندما يكون فتياً اي في سن ٨ - ١٠ اشهر .

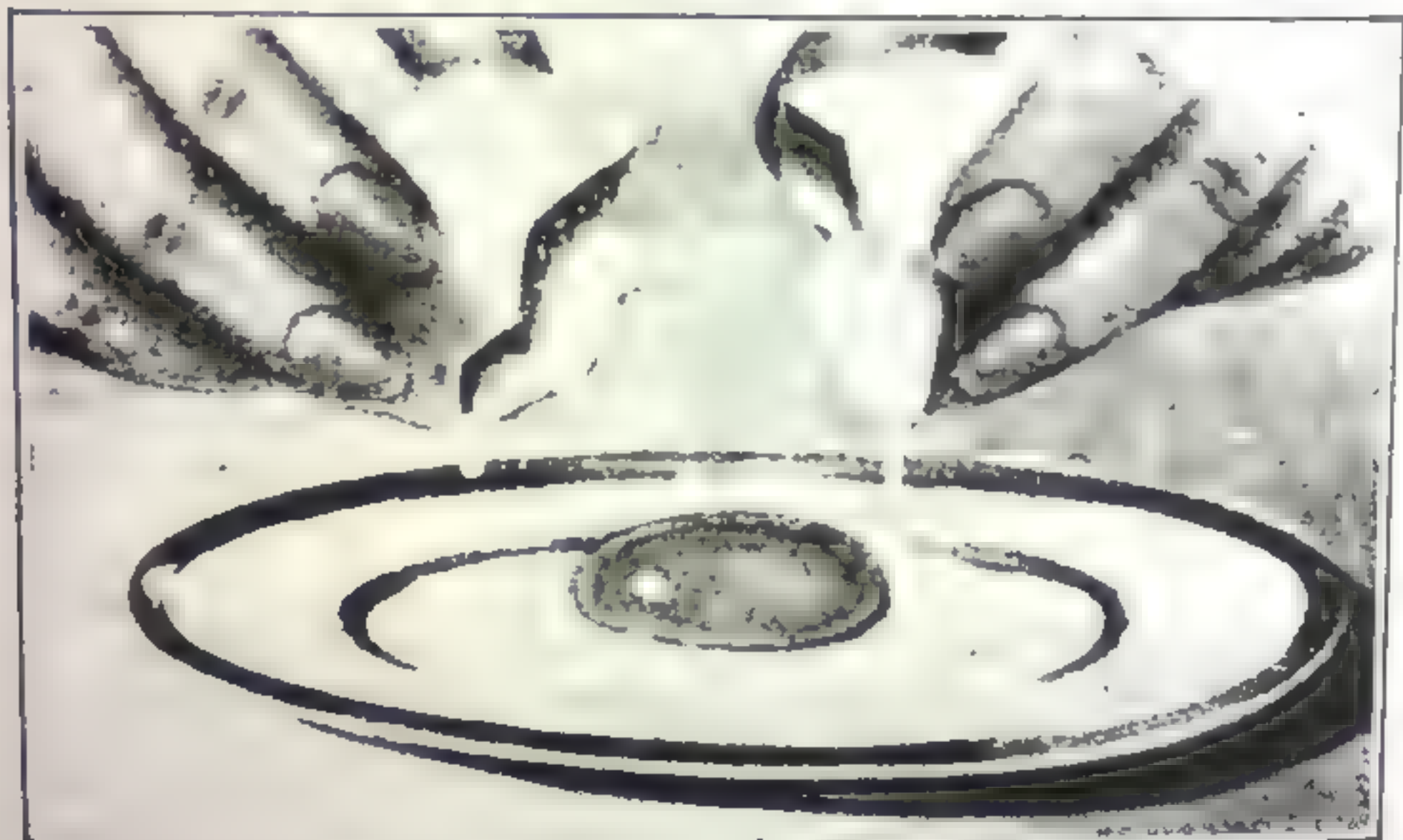
● في الطيور مجموعة فيتامينات (ب) و (ب ب) والدجاج اول ما يوصف علاجاً للمرضى وللناقهين .

● يؤخذ الدجاج مشوياً لسهولة هضمه ، ويدخل في عدة انواع من الطهي ليستفاد من شحمه وخاصة في الحساء .

البيض

● البيض غذاء رئيسي من اغذية الانسان ومفيد جداً وجميع عناصره قابلة للامتصاص سهلة ، وهو يعادل اللحم في قوة غذائه .

فمُح البيض يحتوي على الفيتامينات (أ) و (ب ب) و (د) و (هـ) واسهل



انواع البيض هضماً هو النوع المسمى (فيمبرشت) والنوع المسلوق اسهل هضماً من المقلي .

ويدخل البيض في كثير من انواع الكاتو والكيك .

يضاف الى ماء الشرب المقدم الى الدجاج قليل من الحل فيكسبها مقاومة للأمراض ويزيد في نموها وعندها يكون اشهى واطرى وينضج اللحم عند الطبخ بسرعة وسهولة .

الفيتامينات

الفيتامينات (A - ١) ،

لهذا النوع من الفيتامين عامل مهم في زيادة الوزن والنمو ، وللمعالجة العظم ،
وتصلب الشرايين ، والصمم الشيخوخي .

مصادر هذا الفيتامين موجودة في زيت السمك ، وصفار البيض ، والكبد ،
والجبن ، والنخاع ، والزبدة ، والجزر ، والبرنقال ، والمشمش ، والنفوف ،
والبطيخ ، والسبانخ ، والقرنبيط ، والخس ، واللوز ، والجوز ، والفاصوليا .

الفيتامين «B - ب»

يستفاد منه في التهاب الاعصاب وعرق النسا ، والسكري وتنشيط الذاكرة ،
وشلل الأطفال ، وللنقاهة .

مصادره : الأرز بقشره ، البقول والحبوب « بقشورها » ، الحصار ، المواكه ،
كبد وقلب وكلى وعضلات الحيوانات ، الحليب والبيض وماء السلق

الفيتامين (B2 - ب٢) ،

يستفاد منه لمقاومة الحرارة ، للأمراض الكسدية والمعدية ، لشيخوخة ،
تشقق اللسان والشفيتين ، وتكسر الأظفر ، وسقوط الشعر ، فقر الدم ، السكري .

مصادره موجودة في بعض أعضاء الحيوانات : (الكبد ، الكلاوي ، ثفلت)
وفي الحليب ، والسمك ، والسبانخ ، والخس ، والحرر ، وثفلت ، والنفوع ،
والبندورة ، وأوراق الفجل ، والمور ، والحوح

الفيتامين (B3 - ب٣) ،

يستفاد منه في معالجة الصلغ والشيب وتقوية شعر . وهو موجود في
الكبد ، والخناثر ، كخميرة البيرة والمحبى ، والخميرة الخمة .

الفيتامين «B5 - ب٥»

يستفاد منه لمعالجة الانحطاط العصبي ، وقلة الشهية للطعام وفي التهاب الكولون والأسهال ، والحكة الفرجية والشرجية ، واضطراب القلب لدى الشيوخ .

يوجد هذا الفيتامين في الخثائر ، وصفار البيض ، واللحم والخبز الكامل ، والعدس ، والزبدة ، والفاصوليا ، والملفوف ، والهلين ، والجزر ، والباميا ، والملوخية ، والبلح ، والبادنجان ، والفجل ، والليمون .

الفيتامين «B6 - ب٦»

يستفاد منه لمعالجة تشنج عضلات الاطراف واهتزازها ، وللصرع ، والشلل ، ولآلام الرأس المزمنة .

يوجد هذا الفيتامين في : القمح والذرة ، وقصب السكر ، والخثائر ، والدبس ، والسبانخ ، وصفار البيض ، والكبد ، والحليب .

الفيتامين «B12 - ب١٢»

يستفاد منه لمعالجة فقر الدم الخبيث ، وداء الصدف ، والنزيف الحاد .

يوجد هذا الفيتامين في : الكبد ، اذا اخذ حتى الشبع .

الفيتامين «C - ث»

ان خصائص هذا الفيتامين هي في معالجة الحميات ، وذات الرئة ، والتيفوئيد ، والسعال الديكي ، والنزيف ، ولبعث النشاط في العمال والمفكرين .

يوجد هذا الفيتامين بكثرة في الفواكه كالحمضيات ، الليمون والكريفون والبرتقال ، وفي التوت الشامي ، والفليفلة ، والموز ، والبندورة ، والملفوف ، والسبانخ ، والبقدونس ، والكراث ، واللفت ، والجرجير .

الفيتامين (D - د)

يستفاد من هذا الفيتامين في معالجة تسوس الأسنان ، ولين العظام ، والآفات السلية التدرنية ، وداء الصدف .

يوجد هذا الفيتامين في الزيوت الحيوانية وفي المواد الدهنية وخاصة في كبد الحوت ، وفي الزبدة ، وصفار البيض وفي الحليب ومشتقاته .

الفيتامين (E - و)

ان خصائص هذا الفيتامين هي في معالجة الآفات القلبية وتصلب الشرايين وهو يلعب دورا هاما في التناسل وسمي بفيتامين الأخصاب ، ويساعد على مد النمو في الحيوانات المنوية .

يوجد هذا الفيتامين في : جنين القمح ، وزيت الفستق ، وزيت الذرة ، والقطن ، وزيت فول الصويا ، وزيت الزيتون ، والملفوف ، والسبانخ ، والبقدونس ، والجوز ، والخس ، والبازلا ، والهلين ، وصفار البيض والكبد .

الفيتامين (K - ك)

ان خصائص هذا الفيتامين هي في تأمين الخميرة الخاصة بتخثر الدم - ولمعالجة التهاب الكبد ، واليرقان . والتهاب الطرق الصفراوية والكيس الصفراوي .

يوجد هذا الفيتامين في السبانخ والقرنبيط ، واوراق الحبوب الخضراء والجزر ، والملفوف ، والبطاطا ، والبندورة ، وفي الزيوت النباتية وزيت السمك .

الفيتامين (H - هـ)

ان خصائص هذا الفيتامين هي في معالجة آفات الجلد والشعر ، وحب الشباب ، وقشرة الرأس ، والصلع ، والشيب المبكر .

وهو موجود في عصارة السكر ، وقشرة الموز ، والكلى ، والدماغ ، والكبد .

العلاجات العامة تحضيرها - واستعمالها

علاج للسكري

١ - يحمص مقدار ٥٠ غراماً من الترمس و ٥٠ غراماً من الحلبة و ٥٠ غراماً من الهندي شعيري وتسحق لكي تصبح ناعمة وتمزج مع بعضها ، ثم يضاف اليها ٥٠ غراماً من مسحوق صبراشقرا و ٢٥ غراماً من المانيزا و ٥٠ غراماً من الكربونات وتعبأ في برشانات ثمرة ١ .

يؤخذ منها حبة صباحاً و حبة مساءً بعد الأكل بساعة .

٢ - يحضر ٢٠٠ غراماً من مسحوق الكبريت العامودي ، و ٥ غرامات من ملح الطرطر و ٥ غرامات كثيرة ، وتسحق جميعها وتمزج مع بعضها وتعبأ في برشانات ثمرة ٢ .

يؤخذ منها حبة واحدة ظهراً بعد الأكل بساعة بجانب الوصفة الأولى .

يؤخذ هذان النوعان من البرشانات مدى شهرين وبصورة منتظمة اي البرشانات ثمرة ١ صباحاً و مساءً والبرشانات ثمرة ٢ ظهراً .

علاج آخر للسكري

تقطع حبة من شرش الروباص الى اربع قطع ويضاف اليها حشة واحدة من خشب البربريز ، وتنقع في كوب من الماء عند المساء ، وفي الصباح التالي يصفى ويشرب المنقوع على الريق ، ثم يعبأ الكوب مرة اخرى ماء في الصباح ويشرب في المساء عند النوم وتكرر العملية لمدة ثلاثة ايام وتطرح الحثالة ، ثم يستعمل مقدار آخر من شرش الروباص وخشبة البربريز لمدة ثلاثة ايام اخرى وتكرر هذه العملية لمدة شهرين .

علاج آخر

تمزج ملعقة كبيرة من الويسكي مع ملعقتين صغيرتين من دبس الرمان وتأخذ

مساءً بعد الأكل بساعة وتؤخذ نفس الكمية لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج آخر

يمزج ١٠٠ غرام من مسحوق المحلب مع مسحوق عشر حبات من اللوز الحلو وتسف ملعقة صغيرة صباحاً ومساءً بعد الأكل لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج آخر

يمزج ٢٠٠ غرام من الكزبرة العامودي في ١٠٠ غرام من ملح الطرطر و ٥٠ غراماً من الفصامي صفراء بدون ملح و ١٠٠ غرام كثيرة وتسحق مع بعضها ويسف منها ملعقة صغيرة بعد الأكل صباحاً ومساءً لمدة شهر .

علاج آخر للسكري

يمزج ملعقة كبيرة من دس الرمان مع ملعقة صغيرة من السيرتو الأبيض وتؤخذ صباحاً علىريق ويعمل بهذا المقدار لمدة شهر .

علاج آخر

تغلى نصف قشرة برتقال مع نصف قشرة ليمون في كوبين من الماء حتى تصبح كوباً واحداً .

تؤخذ لمدة عشرة ايام كل يوم كوب واحدة .

علاج آخر

يسحق ٥٠ غراماً من بلر الكتان مع ٥٠ غراماً من الترمس و ٥٠ غراماً من الحلبة وتمزج مع بعضها .

تؤخذ سفاً ملعقة صغيرة بعد الأكل بساعة وملعقة صغيرة بعد الأكل عند الماء حتى ينتهي هذا المسحوق .

علاج للسكري

يسحق ٢٠ غراماً زنجبيل و ٢٠ غراماً حب الهال و ٣٠ غراماً هندي شعيري وتمزج في نصف كيلو عسل صافي لتصبح معجونة .

يؤخذ كل يوم ثلاث مرات مقدار ملعقة صغيرة بعد الأكل لمدة عشرين يوماً .

إذا كانت المعدة مصابة بالكتم أولاً يؤخذ مسهل مقدار حمصة سفاصبرا شقرا لمدة خمسة عشر يوماً (يوماً بعد يوم) صباحاً على الريق والأكل بعد ثلاث ساعات .

علاج آخر للسكري

يغلي ٥ غرامات حشيشة الذهبى في ثلاث لترات من الماء حتى تصبح ليتين .

يؤخذ يومياً ثلاثة أكواب من هذا المغلي أي لتر واحد والبقية لليوم الثاني .
ويعمل كل يومين مغلي جديد ويؤخذ لمدة شهرين .

علاج للسعال والنزلات الصدرية

١ - يحضر ٥٠ غراماً سلمكة وشمار و ٢٠ غراماً ، ويانسون ٢٠ غراماً و ١٥٠ غراماً كزبرة ، و ١٥٠ غراماً بذر كتان ، و ٦٠ غراماً سكر نبات .

تمزج هذه المقادير مع بعضها وتوضع في ١٦ كوب من الماء ، وتغلى على النار حتى تصفى ٨ كبايات .

٢ - يحضر ١٠٠ غرام يانسون و ١٠٠ غرام بذر كتان و ٥٠ غراماً كزبرة تمزج مع بعضها وتضاف الى كباية ونصف من الماء ، وتغلى على النار .

اولاً يؤخذ من الشراب الأول كوباً واحداً على الريق والأكل بعد اربع ساعات ويوضع الباقي في البراد ، ثم يؤخذ الشراب الثاني ثلاث مرات في اليوم مقدار ملعقة صغيرة بعد الأكل وذلك في اليوم الثاني أي اول يوم يؤخذ الشراب

الأول فقط وفي اليوم الثاني يؤخذ الشراب الثاني .

تكرر هذه العملية حتى الانتهاء من شرب المستحضرين .

علاج للسعال الديكي

يذوب مقدار ٥ غرامات صمغ فستق حلبي مع ملعقة صغيرة من الزبدة على النار ، تؤخذ على الريق ممزوجة مع البابونج ومساء عند النوم لمدة خمسة ايام
وبعده يغلي الزيزفون مع البابونج مقدار كوب واحد يؤخذ بعد المستحضر
الأول لمدة خمسة ايام .

أي يؤخذ المستحضران في يوم واحد .

علاج للسعال الديكي ايضا

يغلي ١٠ غرامات زهر البنفسج و ٢٥ غراماً عسل و ٥ غرامات تيهان و ٣ غرامات كنافه البحر و ٣ غرامات بذر السفرجل و غرامين صمغ الفستق الحلبي .
اولاً يغلي هذا المزيج على النار في ست كبايات من الماء لتصبح ثلاثة اكواب .

يؤخذ من هذا المزيج ثلاث مرات في اليوم كوباً واحداً بعد الأكل لمدة اسبوع .

اولاً تؤخذ استراحة اسبوعاً واحداً ثم يؤخذ لمدة اسبوع آخر جديداً ثانياً حتى يزول السعال .

للسعال الديكي ايضاً

يغلي ٢٠٠ غرام من حليب البقر بعد اضافة ٢٠ حبة عناب اليه مع تحليته بقليل من السكر .

اولاً يصفى هذا المستحضر ، ثانياً يؤخذ صباحاً ومساءً لمدة ستة ايام نفس الكمية .

علاج للسعال الناشف

يمزج ٥٠ غراماً من الطحين مع ٦٠ غراماً من العسل المصفى و ١٠ غرامات زنجبيل مسحوق تمزج مزجا جيداً .
يؤخذ ملعقة كبيرة كل يوم صباحاً بعد الأكل .

علاج للسعال

يعصر حامضة واحدة في نصف قدح عرق ، تؤخذ ثلاث مرات باليوم لمدة ثلاثة ايام مقدار ملعقة قهوة صغيرة .

علاج للسعال

يسحق ملعقة صغيرة زنجبيل وتمزج في ملعقتين من العسل المصفى وملعقة كبيرة من الطحين .
يؤخذ كل يوم ملعقة صغيرة صباحاً على الريق لمدة اسبوع .

علاج آخر للسعال الديكي

تقطع بصلة واحدة على شكل شرائح وتسخن على النار تسخيناً جافاً بدون ان يصفر لون البصل ويرش على الشرائح ٢٥ غرام بذركتان ناعم .
توضع هذه الشرائح بين شاشتين وتلصق على الصدر من المساء حتى الصباح وتربط جيداً ويعمل لمدة اربعة ايام كل يوم شرائح جديدة .
أ - يستفيد من هذه الشرائح المصابون بالتهاب الرئة ، اذا وضعت هذه اللصقات على الظهر .

ب - لادرار البول توضع على الحالين .

ح - لمعالجة اللوزتين والبلحة توضع على الرقبة .

للسعال الدائم :

توضع ليمونة حامضة في ماء يغلي فوق نار معتدلة ، لمدة عشر دقائق يلين فيها جلد الليمونة ويصبح مرناً ، اخرج الليمونة من الماء الغالي واقطعها نصفين ، اعصرها وضع العصير في كوب اضعف الى عصير الليمونة نحو ملعقتين من الغليسيرين وامزجها جيداً . واضف اليهما العسل حتى يمتلىء الكوب ، تؤخذ من هذا المزيج ملعقة صغيرة قبل النوم . اما اذا كان السعال شديداً فتؤخذ خمسة ملاعق صغيرة في اليوم أول ملعقة في الصباح قبل الطعام واحيرة قبل النوم .

علاج للسعلة

تبرش فحنتان ويرش على المروش سكر نبات ناعم ويؤخذ مقدار ملعقة صغيرة يومياً صباحاً ومساءً والباقي يوضع في البراد .

علاج للرشح

تمزج ٥ غرامات استيسويك و ٥ غرامات فانيلا يشم من هذا المزيج مثل السعوط (العطوس) مرتين باليوم لمدة ثلاثة ايام حتى ينقطع سيلان الأنف ويزول الرشح .

(أ) للوقاية من الرشح :

إذا مضغت يوماً قطعة من شمع العسل قبل ظهور الرشح بشهر واحد ، يمنع ظهور الرشح بتاتا وإذا ظهر الرشح فيكون باعراض اخف من المعتاد .

(ب) للأنف المسدود :

تمضغ قطعة من شمع العسل كل ساعة قطعة واحدة بمقدار حبة العلكة وتبصق ، تكرر هذه العملية بقطع جديدة خمس أو ست مرات في اليوم ، فتزول

الالتهابات الحادة من الأنف المسدود ، ويزول ما كان يشعر به من آلام وتعود للجسم راحته ، ويلزم متابعة عملية المضغ هذه بعد الشفاء لمدة اسبوع للحيلولة دون حدوث النكسة . وإذا أُخِذَتْ الى جانب ذلك ملعقتان صغيرتان من العسل مع كل وجبة طعام ، فيمنع اصابة الرشح او التهاب الجيوب الأنفية او الكريب .

(ج) علاج للرشح :

تنقع قطعة شاش بالسبيرتو الابيض وتلف حول العنق ويمكن استنشاق المنديل ايضا عدة مرات في اليوم .

علاج للسيل

● يربى هرّ ذكر على اكل اللحم حتى يسمن ثم يذبح ويعمل قسم من لحمه شوربة ويقدم للمريض واللحم الباقي يوضع في البراد قيد الاستعمال

● يعمل يوميا اكلة شوربة من هذا اللحم لمدة خمسة عشر يوماً ويعدّه يؤخذ راحة لمدة خمسة ايام ثم يذبح هرّ آخر ويعمل من لحمه شوربة ويؤخذ لمدة خمسة عشر يوماً آخر .

يشترط ان لا يعلم المريض انه يأكل لحم الهر حتى لا تشمّر نفسه من تناول الشوربة .

يستفيد من هذا العلاج ايضا المصابون بالضعف العام للمستعمل اذا احلوا الشوربا .

لمعالجة الربو

وضيق النفس

دهن خنزير ٢٠٠ غرام ، يذوب هذا الدهن على النار حتى يصح ان النصف .

عندها يحضر كوب ونصف ماء ويذوب في الكوب ملعقة حليب مع ملعقة صغيرة من الكاكاو مع قليل من سكر النبات .

عند المزج يؤتى بملعقة صغيرة من دهن الخنزير المذوب وتخلط بالمزيج .
يؤخذ صباحاً على الريق ملعقة صغيرة لمدة ١٥ يوماً . بعد هذه المدة استراحة
لمدة ١٥ يوماً ثم تعاود المعالجة لمدة ١٥ يوماً أيضاً .
وخلال هذه المدة يشفى المريض تماماً وهذا الدواء هو من انجع الادوية للربو
ويعطي مفعولاً اكيداً .

علاج للربو

● يغلى مقدار جوزة من الخشيزة في كباية ونصف من الماء وتغلى بملعقة صغيرة من
دبس خرنوب حتى تصبح كالشاي يؤخذ ثلاث مرات يومياً لمدة عشرة ايام .
يعمل مغلي جديد كل يوم .

علاج آخر للربو

● يسحق ٢٠٠ غرام من الحلبة ويؤخذ سفاً قبل وبعد الاكل مقدار ملعقة
صغيرة ثلاث مرات باليوم .
ثم يسحق اصبع شرش الحلاوة ويغلى في كبايتين من الماء يؤخذ بجانب
مسحوق الحلبة مقدار فنجان قهوة بعد الاكل بساعة ثلاث مرات يومياً .
يؤخذ هذان العلاجان لمدة عشرين يوماً .

علاج آخر له بو

● يسحق ٥٠ غراماً راوند ويعبأ في برشانات نمد . ١ يؤخذ كل يوم صباحاً على
الريق برشانة واحدة مع قليل من الماء ويؤخذ بعدها مغلي اليانسون المزوج
بالسلمكي مقدار فنجان قهوة والطعام بعد ثلاث ساعات .
يعمل بهذا العلاج كل يومين مرة .

ثم يؤخذ العلاج التالي يومياً مرتين صباحاً ومساءً وهو : مسحوق ١٠٠ غرام

من الحلبة و ١٠٠ غرام بذر كتان و ١٠٠ غرام سكر نبات و ١٠٠ غرام كزبرة وتعبأ في برشانة غمرة ٢ وتؤخذ سفاً مع قليل من الماء .

ويؤخذ الماء العادي عند الحاجة كوب من الماء ممزوجة بنقطتين من القطران .

للربو

يغلي الحليب البقري الطازج ، ويوضع في زجاجة الأركيلة ، ثم يسحب نفس من البخار الصاعد من الزجاجة يعمل بهذا العمل يومياً لمدة اسبوع .

يوضع الحليب في الزجاجة بشرط ان يتحمل الحرارة حتى لا تكسر الزجاجة .

ملاحظة : عدم وضع تنباك في رأس الأركيلة ولا نار .

علاج لضيق التنفس نتيجة الربو

يسحق ٥٠ غراماً مسكي و ١٠٠ غرام سكر نباتي و ١٠ غ من افرنجي تؤخذ سفاً مقدار ملعقة صغيرة مع قليل من الماء . صباحاً ومساءً يومياً حتى ينتهي هذا المزيج .

ثم يستنشق بخار الحليب البقري المغلي بواسطة الاركييلة من غير نار ثلاث مرات بالاسبوع لمدة ١٢ مرة .

للربو

يسحق ١٠٠ غرام حلبة ٢٠٠ غرام بذر كتان ١٥ سراماً سكر نبات وتمزج مع بعضها ، يؤخذ منها سفاً كل يوم ثلاثة ملاعق صغيرة بعد الأكل بساعة حتى ينتهي المسحوق .

وعوضاً عن الماء العادي يوضع ٢٠٠ غرام من القطران داخل جرة كبيرة من الفخار وتخفض جيداً وتترك حتى الصباح ثم تفرغ من القطران وتعبأ ماء صافياً ويشرب منها يومياً .

علاج للربو

أولاً : يذوب ١٠٠ غرام دهن الخنزير على النار ويغلى ويغلى في قبة فارغة وتسد القينة .

ثانياً : يغلى على النار ملعقة قهوة صغيرة من الكافور في كبة ونصف من الماء حتى تصبح كباية واحدة .

ثالثاً : يضاف في هذا الخليط ملعقة صغيرة من دهن الخنزير المنقوب ويحلى بقليل من السكر .

يؤخذ صباحاً على الريز يوماً لمدة خمسة عشر يوماً ويعمل كل يوم مغلي جديد ويضاف اليه دهن الخنزير .

يؤخذ راحة لمدة اسبوع ويعمل هذا العلاج لمدة خمسة عشر يوماً أخرى حتى يتعافى المريض ويذول الربو عنه .

لوجع الرأس المزمن

تستعمل عجينة الحبة المركبة والتي طريقة صنعها :

يؤتى بـ ١٥٠ غراماً حبة حمراء و ٢٠ غراماً شيراز و ١٥ غراماً عرق دويد و حلب كوكي ، من العرق و ١٥ غرام عود القزع و ١٠ غرامات صراشقر و ٥ غرامات امطح و ١٠ غرامات بذر نكوح و ١٠ غرامات ريحان و ٥ غرامات حتمية .

أولاً تسحق هذه المقادير وتترك جافاً .

ثانياً - يمزج ٢٠٠ غرام من الشكم في لتر من الماء وتغلى على النار .

ثالثاً - تمزج جميعها معا حتى تصبح عجينة مركبة .

كيفية الاستعمال :

● يدهن الرأس بثلاث العجينة لمدة خمس ساعات بعد ربط الرأس بقطعة من القماش ، ثم يغسل الرأس جيداً لازالة المعجون من على الرأس .

- يدهن الثلث الثاني على الرأس بعد عشرة ايام ويترك لمدة خمس ساعات ايضاً بعد ربط الرأس بقطعة من القماش ، ثم يغسل الرأس جيداً .
 - و اخيراً يدهن الثلث الباقي على الرأس بعد عشرين يوماً ويترك ايضاً لمدة خمس ساعات ثم يغسل الرأس جيداً .
- وبهذه الطريقة يزول الوجع تماماً ولا يعود المريض يشعر بأي وجع في رأسه بتاتاً .

علاج آخر لوجع الرأس

يصبق على قطعة من الفخار وتفرك البصقة بواسطة قطعة من الزنجبيل حيث نحصل على رغوة قليلة ، ترفع هذه الرغوة بواسطة الأصبع وتدهن على الجبين ، وبعده يؤتى بثلاث قطع « ترانش » من الليمون الحامض ويرش عليها قليل من القهوة وتوضع على الجبين والصدغين وتربط بشاشة حتى الصباح ثم نزع الشاشة ويغسل الجبين والصدغان .

كرر هذه العملية لمدة اربعة ايام .

علاج للصداع المزمن

يدق النعناع الأخضر مقدار ربطة واحدة حتى تصنع عجينة ، توضع على قطعة من القماش ويلف بها الجبين حتى يتوقف الصداع .

علاج آخر للصداع

ينقع ٥ غرامات زعفران شعري في ربع قنية من حل العنب ناعم قطعة من الشاش في هذا المحلول ويمسح الجبين فركاً كل يوم مساءً ويربط الجبين حتى الصباح .

الدوخة في الرأس

نحمص ١٠٠ غرام هندي شعري على النار ويضاف اليها ٧٥ غراماً من مسكر

النبات تمزج وتسحق لتصبح ناعمة .

يؤخذ ملعقة صغيرة صباحاً على الريق لمدة اثني عشر يوماً .

وأخر لدوخة الرأس

توضع جوزة « تمر هندي » في كوب من الماء عند المساء وفي الصباح تحلى بالسكر وتمزج جيداً .

وتؤخذ على الريق صباحاً نصف كوب ومساءً نصف كوب يعمل بها المقدار لمدة اثني عشر يوماً .

علاج للدوخة والصفراء

يمضغ حبتين من الهال كل يوم ثلاث مرات بعد الأكل يعمل بهذه الطريقة لمدة أربعة أيام .

الدوخة اثناء السفر

قبل السفر يؤخذ مسحوق الكزبرة سفاً صباحاً ومساءً ملعقة صغيرة ويشرب فوقها ماء لمدة ستة ايام ومن ثم يستطيع السفر ولا تظهر عليه عوامل الدوخة .

يسحق مقدار ٥٠ غراماً من الكزبرة لهذا السفر .

علاج للصرع (النقطة)

اولاً يؤخذ مسهل صباحاً قبل الطعام . في اليوم التالي يعمل له كاسات هوا في الظهر بعد تشطيب الظهر بالشفرة المطهرة بالسبورتو وفي خمس محلات شرط ان يكون التشطيب خفيفاً حتى لا يتزف دماً بغزارة داخل الكاسات .

يؤخذ طعاماً خفيفاً في الوجبات اليومية وعوضاً عن القهوة والشاي يؤخذ مغلي حشيشة القطة الممزوجة في لتر ونصف من الماء مع ٥ غرامات دفران .

يؤخذ من هذا المغلي فبجان قهوة بعد كل وجبة طعام بنصف ساعة .
يعمل علاج مغلي جديد لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج للصرع « داء النقطه »

يبرح ١٠ غرامات زعفران في ٢٠٠ غرام من العرق حتى يصبح لون العرق
احمرأ .

يؤخذ نصف فنجان قهوة بعد ذلك يومياً في الصباح والمساء لمدة عشرة ايام .

علاج للتقيؤ (الاستفراغ)

يؤخذ رمان حلو عند التقيؤ ولا يستمرح حلاً يقطع التقيؤ والاستفراغ .

علاج آخر للاستفراغ

يؤخذ مغلي النعنع مع كل الرمان الحلو يقطع القيء والاستفراغ .

وشرب الكازوز ايضا يقطع الاستفراغ .

كما ننع قطع من النعنع يوقف الاستفراغ .

علاج للاستفراغ من حره النوحه وركوب البحر يؤخذ حبة درامامين او
حبتيين باليوم ، كما يفيد لقطع الاسهال ايضاً .

علاج آخر ضد التقيؤ والاستفراغ

ناتج عن البرد

تطحن ٥ غرامات بدر حردل ويؤتى بشاشة مستطيلة وتبلل بماء فاتر ويرش
عليها الحردل وتربط فوق المعدة لمدة عشرة دقائق ثم تنزع وتوضع بجانب أحر ،
وبعد رفع اللزقة يرش محلها بوردرة تالك حلاً يتوقف القيء والاستفراغ .
يؤخذ بعدها زهورات ثلاث كبايات باليوم .



علاج آخر للاستفراغ من ضربة الشمس

تسحق ٦ حمصات مع ملعقة كبيرة حعدة وملعقة صغيرة من ملح الطعام ونصف ملعقة صغيرة بذر خردل ونصف ملعقة رماد الفحم وتمزج مع ثلاث سيكاكات دخان وتسحق مرة أخرى جيداً .

يحضر رغيف عجين مختمر ويوضع هذا المسحوق فوق الرغيف ويلصق فوق المعدة والصدر ويغطى بقطعة قماش لمدة ساعتين .

يتوقف الاستفراغ حالاً .

علاج ضد الاسهال

تغلى بصلتان بالزبدة حتى تصبح لونها احمر ثم تغلى مع ست غرامات من الكراويا وصفار بيضة واحدة و٣ غرامات من السهاق .

تؤخذ صباحاً مع الفطور

يعمل كل يوم علاج جديد ولمدة اربعة ايام .

علاج للديزنتريا والاسهال الحاد

يسحق كتر هندي ١٥ غرام ويبف ثلاث مرات في اليوم ويؤخذ بعده قليلاً من الماء .

يعمل بهذا المقدار لمدة اربعة ايام .

علاج للاسهال الحاد

« لدى الاطفال »

يمزج ٦ غرامات بن مطحون مع مسحوق جوزة الطيب عدد ١ و٦ غرامات شيراز وصفار بيضة واحدة وتوضع فوق شاشة وتربط فوق صرة الطفل على البطن لمدة ثلاثة ايام .

علاج اللديزاتقريا

نسخة ٥٠ غراماً هسبي شعيري و٦٠ غرامات بشرة مرة و٦٠ غرامات زعفران
حتى تصبح - عمة نعي في كوب ونصف من ماء مع تخليله بالسكر .
يؤخذ في اليوم مرتين صباحاً ومساءً .

ويعمل نفس المقدار ويؤخذ كل يوم مرتين وثلاثة أربعة أيام

علاج اللديزاتقريا

نسخة ٤٠ غراماً هسبي شعيري و٤٠ غرامات بشرة مرة و٤٠ غرامات زعفران
حتى تصبح - عمة نعي في كوب ونصف من ماء مع تخليله بالسكر .

علاج آخر لللديزاتقريا

يغلى شعيرة في كوب ماء حتى تصبح كوباً واحداً
تؤخذ هذه الكمية كل يوم ستة ثلاثة أيام حتى يشفي المريض

لللديزاتقريا المزمنة

يخرج ٤٠ غراماً أوراق مسمكي و٤٠ غراماً ياسور حب و٤٠ غراماً حب
شمر و٢٠ غراماً حبة كرفية و١٠ غرامات سكر نبات و٤٠ غراماً سكر نبات ونوعه في
١٦ كوباً من ماء وتغلى على النار حتى تصبح ٨ كوباً وبعد ان تبرد ينضج في شرحة
العتو وتعباً في مرطبان وتوضع في البراد .

يؤخذ منه على طريق كوباً واحداً قبل الأكل أربع ساعات كل يومين كوباً
واحداً حتى ينتهي المزيج .

ثم بعد ان يبرد من الكمية الكمية في عشر وزيت من السكر وتعمل
برشبات

تؤخذ يومياً حبة واحدة عند الساعة العشرة صباحاً شرط ان لا يعطى وبعد

أحدها بساعة يؤخذ الطعام وواحدة قبل العشاء تؤخذ هذه البرشانات لمدة عشرة أيام .

علاج آخر للديزانتريا

يمزج ٦ غرامات بزمود في كباية من الماء ، يؤخذ كل يوم فنجان قهوة لمدة ثلاثة أيام .

للديزانتريا أيضاً

تسحق سنان من الثوم وتمزج مع فنجان قهوة زيت الزيتون وتذوب على النار حتى يصير المزيج مرهماً .

يضاف الى هذا المرهم فنجان قهوة ماء السماق وقليل من الملح وقليل من الخبز المحمص تمزج جميعها جيداً .

يؤخذ هذا المزيج كل يوم صباحاً على الريق .

يعمل مزيج آخر لمدة ثلاثة أيام .

للديزانتريا أيضاً

تشوى اربع بطاطات واربع رؤوس ثوم ، تسحق معا .

يؤخذ منها كل يوم مرتين ملعقة قهوة صباحاً بعد الأكل ومساءً عند النوم .

للديزانتريا ولتقوية المعدة

يسحق ١٠ غرامات قرنفل و١٢ غرام قرفة و١٠ غرامات زنجبيل و٢٠٠ غرام زبيب اسود وتمزج حتى تصير معجونة .

يؤخذ يومياً على الريق مقدار ملعقة كبيرة لمدة ١٢ يوماً .

للذيزانثريا الكتم

يمزج زلال بيضة واحدة في عصير حامضة واحدة يؤخذ يومياً مرة واحدة بعد الأكل لمدة ثلاثة ايام وكل يوم يحضر مزيج جديد .

اثناء الخروج يظهر حنيط كلسغم ويعدده يزول هذا الحنيط حتى يصح الخروج عادياً .

علاج لآلام الظهر

تسحق ٥٠ غراماً كزبرة و ٥٠ غراماً بذركتان و ٥٠ غراماً كمون وشرح جيد يؤخذ ملعقة صغيرة مرتين باليوم صباحاً ومساءً .

علاج لآلام الظهر والاعصاب

تمزج ٢٥ غراماً بذركتان و ١٥٠ غراماً من العرق وتغلى في قبة وتترك لمدة يومين .

يؤخذ منها كل يوم مرتين صباحاً ومساءً، ملعقة كبيرة حتى ينتهي العلاج .

وجع الظهر المزمن

اولاً يغلى ٢٥٠ غراماً من شرش المرة مع ثلاثة لترات من الماء على النار حتى تصفى لترات .

يؤخذ كباية واحدة في الصباح مساءً فيها ملعقة صغيرة من الكريوت حتى ينتهي من هذا المشروب .

ثانياً يؤخذ عند الظهر ليمونة مصوة فيها قليلاً من الكريوت كمية واحدة لمدة اربعة ايام بجانب الشرب الأول .

لآلام الظهر أيضاً

يوضع عجين بالفرس على شكل رعيص احمر سون في الصباح كياً .

عليه زيت الزيتون ويلصق على الظهر .

يعمل في هذه الطريقة لمدة ثلاثة ايام .

لآلام الظهر

يغلى على النار ٢٥٠ غراما من شرش الذرة في ستة لترات من الماء حتى تصير ٣ لترات .

يؤخذ منها صباحاً كباية على الريق بعد اضافة ملعقة صغيرة من الكاربونات الحلو اليها لمدة ستة ايام .

لآلام الظهر ايضاً

نحصد ٥٠٠ غرام من حبة البركة وتسحق ويضاف اليها ١٥٠ غراما من العسل ويؤخذ منها مرتين في اليوم صباحا ومساء بعد الأكل بساعة لمدة ثمانية ايام .

لوجع الظهر ايضاً

يمزج ١٠ غرامات فلفل اسود مع ١٠ غرامات ملح ناعم مع ١٠٠ غرام طحين الشعير مع ٥٠ غراماً حنة .

تمزج مزجاً جيداً لتصبح عجينة بعد اضافة ماء الشاي اليها . توضع بين شاشتين وتلصق على الظهر كل يوم مرة واحدة ويعمل بها لمدة ثلاثة ايام كل يوم لصقة جديدة .

لوجع الظهر ايضاً

تمزج ٥ غرامات من الخردل في فجان قهوة من الماء العادي حتى تصبح كالمرهم .

يوضع هذا المرهم بين شاشتين ويلصق على الظهر لمدة ساعتين في اليوم ويربط

بقطعة من الصوف .

يعمل لمدة ثلاثة ايام كل يوم مرهم جديد .

لوجع الظهر ايضاً

تسحق ٣٠ غراماً مزدكي مع ٣٠ غراماً سكر نبات وتمزج في ١٠٠ غرام من العسل الصافي .

يؤخذ يومياً مرتين مقدار ملعقة قهوة صباحاً ومساءً .

علاج لآلام الأعصاب

تسحق ١٠٠ غرام من لنعناع اليابس مع ١٠٠ غرام من الملح الناعم .

اولاً يعمل حمام ماء ساخن ثم يفرك هذا المسحوق بالجسم بكامله ويجب البقاء في الحمام مدة ساعتين شرط ان يجلس فوق حجر ساخن .

يعمل اول حمام في اليوم الاول وفي اليوم الثالث يعمل حمام آخر فقط .

لآلام الأعصاب ايضاً

يمزج ٥٠ غراماً فازلين مع غرامين كافور و ٣ غرامات روح القرنفل وسلاسيرات سودا ثلاث غرامات و ٢ غرام عيار ٨ من صبغة اليود وغرامين من روح الفرفة تمزج جيداً يدهن بها الجسم كل يوم مرتين .

علاج لتشنج الأعصاب

تغلى ٥٠ غراماً من الخلطة في ثلاث كسايات من الماء ويضاف اليها ١٠٠ غرام من الزبدة .

يؤخذ ملعقة كبيرة صباحاً و اخرى مساءً لمدة عشرة ايام بعد حض الدواء

يسحق ٦٠ غراماً زنجبيل و ٧٥ غراماً روح النشادر ويمزج مع ١٠٠ غرام
سبيرتو ابيض و ٥٠ غراماً زيت غار .
يدهن الجسم مرتين باليوم ولمدة عشرة ايام .

علاج آخر للعصبي والروماتيزم

يمزج ١٢ غرام كافور و ١٠٠ غرام سبيرتو ابيض و ٣ غرامات يود و ٧٥ غراماً فازلين
اصفر و ٥٠ غرام زيت غار و ٤٠ غرام زيت زعتر حتى تصبح كالمرهم .
يدهن به الجسم كل يوم مرتين ولمدة عشرة ايام .

للأعصاب والروماتيزم

يمزج ١٠ غرامات امونياك و ٣٠ غراماً زيت شعر و ١٠ غرامات زيت نפט و ١٥
غراماً زيت غار و ٦ غرامات روح القرفة و ٥ غرامات زيت الزعتر و ٥ غرامات
كافور .

تمزج جميعها مع بعضها و يدهن بها الجسم بعد الحمام يومياً مرتين .

للروماتيزم

تسحق ٢٥ غراماً من بطارخ و ٢٥ غراماً صبرا شقرا و ٢٥ غراماً هندي شعيري
و ١٠٠ غرام سكر نبات و ٢٠ غراماً رومتر وعدد ٢ حجر بني اسرائيل و حبة واحدة
حنظل صغيرة .

تمزج جميعها وتعبأ في برشانة غمرة ١ وتسف صباحاً على الريق حبة واحدة
ومساء حبة واحدة عند النوم .

كل يومين مرة واحدة أي اول يوم تؤخذ حبتين وثاني يوم بدون اخذ أي

دواء .

يستفاد من هذا العلاج ايضاً لازالة الحكة من الجسم والبواسير .

مرهم لعلاج الروماتيزم

اولاً تمزج ٣ غرامات يود مع ٥ غرامات كافور مع ١٠ غرامات سبيرتو ابيض وتذوب مع بعضها على نار خفيفة .

ثانياً يمزج ٥٠ غراماً فازلين اصفر ، و ٥ غرامات زيت غار ، و ١٠ غرامات زيت لزعتر ، و ٢٥ غراماً ريت نפט ، و ٥ غرامات زيت القرفة .

يمزج الخليطان مع بعضهما ويحصل منهما مرهم يدهن الجسم بهذا المرهم مرتين يومياً بعد الحمام .

علاج للروماتيزم

يشعل بابور الكار لمدة نصف ساعة والكار الذي بداخله يصبح ساخناً .

يدهن الجسم به بواسطة قطعة من القطن باليوم مرتين .

يعمل بهذا العلاج لمدة اربعة ايام شرط ان يكون الكار ساخناً كالاول .

علاج للمفاصل والأعصاب

تسحق ١٠ غرامات سلمكة و ٥٠ غراماً شمار و ١٠ غرامات قرنفل و ٢٠ غراماً حبة البركة و ٢٠ غراماً خصر و بان و ١٠ غرامات ملح الطرطر و ١٠ غرامات زنجبيل و ١٠ غرامات محلب و ١٠ غرامات بزر مزدكي و ١٠ غرامات بزر حرمل و ١٠ لوزات تسحق جميعها وتمزج مع ٨٠٠ غرام من العسل الصافي .

يؤخذ منها ملعقة صغيرة عند الصباح والمساء بعد الأكل بساعة .

علاج لآلام المفاصل

يسحق ٥٠ غراماً زنجبيل و ٥٠ غراماً قولنجان و ٥٠ غراماً حشيشة القطه وتغلى

في ثلاث لترات من الماء حتى تصبح ليترين ثم يضاف اليه ٥٠ غرام زيت غار .
يدهن به الجسم صباحا ومساء ذلكا ولمدة ستة ايام .

علاج للمفاصل ايضا

تسحق ١٥ غراماً صبرا شقرا و ١٠ غرامات حب الرشاد و ١٠ غرامات حبة
البركة و ٥ غرامات زنجبيل و ٥ غرامات هندي شعيري وتمزج مع بعضها جيدا وتغلى
على النار مع ٣٠٠ غرام من العسل غلية واحدة حتى تصبح معجونة .
يؤخذ منها ملعقة صغيرة صباحا ومساء على الريق لمدة عشرة ايام .

شراب لعلاج المفاصل

اولاً يسخن نصف فنجان قهوة زيت حلو ويؤخذ صباحا على الريق ويؤكل
فروجاً مشويا بدون ملح .

ثانياً يغلى ٤٠ غراماً سلمكي مع ٣٠ غراماً يانسون و ١٠ غرامات شمار و ١٠
غرامات كزبرة و ٥٠ غراماً بذر كتان و ٥٠ غراماً سكر نبات وتوضع في ١٦ كوباً من
الماء تغلى على النار حتى تصفى ٨ اكواب .

يؤخذ الدواء الاول مرة في اليوم لمدة ستة ايام مع شوي فروج واحد يومياً .
ثم يؤخذ من الدواء الثاني كل يومين كوباً واحداً صباحا على الريق والاكل
بعد اربع ساعات ويحفظ بالباقي في البراد .

علاج عرق النساء وداء المفاصل

- اولاً يحمى دبوس على النار حتى يحمر ، ويطفا بالسيرتو الأبيض ، ثم ينخز
الورك بالدبوس سبع مرات على شكل دائرة صغيرة عندها يسيل بعض نقاط من
الدم .

ثانياً - يسحق بذر الكتان بمقدار ملعقة كبيرة ويغلى المسحوق في نصف كباية



من الماء على النار حتى يصبح كالمعجون ، يوضع هذا المعجون بين شاشتين ويلصق
محل وخز الدبوس لمدة ثلاث ساعات ويربط بقطعة من القماش ، وبعدها ترفع هذه
اللصقة من موضعها ، ويوضع محلها لزقة اخرى ومن ثم ترفع ايضا هذه اللزقة بعد
ثلاث ساعات وبعد ثلاث ساعات اخرى يدهن محل اللزقة بزيت الزيتون ويربط
بقطعة قماش من وبر الحمل لمدة اربع وعشرين ساعة .

علاج آخر للمفاصل

يتمزج ٥٠ غراما من الفازلين الأصفر وغرامان من الكافور وثلاث غرامات من
زيت القرنفل وغرامان يود عيار ٨ و ٨ غرامات روح القرفة حتى تصنع مرهما .
ويدهن بها الجسم مرتين بالنهار .

علاج حرق الليل

تظهر حبوب صفراء على الوجه والاذنين :

اولاً : يسحق ١٠٠ غرام مدرسك ذهبي و ٥٠ غراماً مدرسك فضي .

ثانياً : يذوب ٥٠ غراما ملح الرصاص و ١٠ غرامات ماء الورد في مرطبان
ويحرك بواسطة عود صغير .

ثالثاً : يضاف مسحوق المدرسك الى المرطبان ويتمزج فيه ايضا ١٥٠ غراماً
زهر التوتياء و ٢٥ غراماً سبيداج و ٦ غرامات سرور و ٢٠٠ غرام سيرج وبعد خضه
جيدا يضاف اليه ايضا ملعقة كبيرة خل العنب وملعقة كبيرة زيت حلو ويتمزج جميعها
مرة اخرى مزجا جيداً .

عند الاستعمال يجب خض المرطبان لفترة قصيرة ثم تدهن الحبوب قطرا مرتين
في النهار صباحا ومساء لمدة ستة ايام وفي اليوم السابع تدهن الحبوب بزيت الزيتون
وبعد اربع ساعات تغسل بماء النخالة .

يحذر اكل السمك والبيض والشوكولا عند استعمال العلاج .

يستفاد من هذا العلاج في مكافحة الحبوب التي تظهر في رأس الطفل مثل
القرع .

علاج حب الشباب

يُحضّر ٥ غرامات زهر الكبريت الأصفر و ٥ غرامات عنبرين و ١٠٠ غرام
فازلين و ٧ غرامات مانيزا و ٥ غرامات أكسيد الزنك و ٥ غرامات سبرج و ٢ غرام عطر
ورد .

تحقق هذه المواد جيدا حتى تصح كالمزج ويدهن كل يوم مساء الوجه ويكرر
ذلك غسل الوجه بماء مغلي النحالة ، كما يؤخذ كل يوم صابون على الرين مقدار ليرة
من خميرة العجين البيتية .

علاج آخر لازالة حب الشباب

تحضر المقادير التالية :

٢ غرام منتول .

٢ غرام عطر الورد .

٥ غرامات زيت سبرج .

١٠ غرامات صبيداج .

١٠ غرامات أكسيد الزنك .

٣ غرامات زيت عجو الشمس .

١٠ غرامات مسحوق عظم سمك صبيج ومدون ماء النيمون الخمص

٥ غرامات كليسين .

١٠٠ غرام فازلين .

٧ غرامات اسيد بوريك .

• غرامات مانيزا .

تمزج هذه المقادير مزجاً جيداً ثم يغسل الوجه بماء النخالة المغلي ثم تنشف الوجه جيداً ويدهن من هذا المزيج مرتين باليوم .

يؤخذ ايضاً قطعة صغيرة من خميرة البيت صباحاً على الريق .

لحب الشباب ايضاً

تمزج • غرامات زهر الكبريت و ٥ غرامات كريسلين و ٧ غرامات مانيزا و ١٠٠ غرام درلين ابيض و ٥ غرامات اكسيد الزنك و ١٠ غرامات سيرج حتى تصبح كالمرهم

اولاً تغسل الوجه بماء السحالة المغلية وبعد تنشيف الوجه يدهن كل يوم مرتين حتى يزول الحب من الوجه .

لازالة حب الشباب

تمزج ٧٥ غراماً زيت الريتون مع ٣٥ غراماً شمع عسلي ويغلى المزيج على النار ويرفع من على النار ثم يضاف اليه ١٠ غرامات سييداج و ٦ غرامات ملح البرصاص و ٥ غرام و ١٠ غرام واحد سرور او مدرسك ذهبي ٣ غرامات لتصبح مرهماً .

تدهن الحبوب مرة كل يوم لمدة ستة ايام .

علاج حب الشباب

تمزج ١٠ غرامات زئبق و ٥٠ غراماً شمع اصفر و ٦ غرامات سرور و ١٠٠ غرام شمع ابيض و ١٠ غرامات مسكي و ٥٠ غراماً زيت حلو و ٥٠ غراماً سيرج و ٥٠ غراماً سمن حموي و ٥٠ غراماً زهر التوتياء لتصبح كالمرهم .

يدهن الوجه والحبوب مرتين في اليوم صباحاً ومساءً .

يهدأ بهذا العلاج حتى ينتهي العلاج .

علاج للنمش وحب الشباب

يغلى على النار ٥٠ غراماً شمع اصفر و ١٠٠ غرام شمع ابيض و ٥٠ غراماً زيت زيتون حلو و ٥٠ غراماً سيرج و ١٥ غرام زيت خروع و ٥٠ غراماً سمن حموي وبعد الغلي يضاف اليها ١٠ غرامات زئبق و ٦ غرامات سرور و ١٠ غرامات مسكي و ٢٥ غراماً زهر التوتياء تمزج مزجاً جيداً لتصير مرهماً .

اولاً تغسل الوجه بماء النخالة بدون صابون وتنشف جيداً ثم يدهن كل يوم صباحاً ومساءً لمدة اسبوع واستراحة اسبوع ثم يعمل بهذا المرهم لمدة اسبوع آخر .

للنمش وحب الشباب

يغلى على نار خفيفة مقدار ١٥٠ غراماً زهر التوتياء مع لتر ماء الورد وكوب ماء عادي تغلى جيداً حتى تصبح كالمرهم يدهن الوجه مرتين يومياً حتى ينتهي من هذا المرهم وهكذا تزول حبوب الشباب والنمش من الوجه .

لازالة النمش

يمزج نصف فنجان قهوة زيت لوز حلومع نصف فنجان قهوة زيت لوز مر مع نصف فنجان قهوة زيت خروع حتى تصبح مرهماً .

يدهن بها الوجه صباحاً ومساءً لمدة اسبوع ثم تغسل بماء النخالة .

كيفية تحضير ماء النخالة :

يحضر ١٠٠ غرام من نخالة القمح وتوضع في شاشة في قدر اناء بعد ان تثقل بحجر لثلا تطفو على سطح الماء ويملاً الاناء بالماء ويوضع على النار حتى يبقى من الماء نصفه بعد التبخر ثم ترفع الشاشة الحاوية للنخالة من الماء ويغسل الوجه بماء النخالة اما كيس النخالة فيفرك به الوجه حتى تظهر بذور النمش الى الخارج وتزول ثم تدهن بالمرهم اعلاه .

علاج للنمش

يمزج غرام واحد من الاكسجين عيار ١٥ وعشرون غراماً من عصير الليمون الحامض مزجاً جيداً ويمسح كل النمش مرتين باليوم صباحاً ومساءً .

علاج لحرارة الجسم مع ظهور حبوب

يذوب ١٠٠ غرام مانيزا في ٤٠٠ غرام من الماء بعد وضعه على النار يؤخذ كل يوم خمسة ملاعق في فترات متفاوتة ولمدة ستة ايام وبعد ان يصفى ويزال عنه الطحل .

اما الطحل الناتج عن هذا المغلي فيدهن به الجسم والحبوب الظاهرة كل يوم مرة واحدة ولمدة ستة ايام .

علاج للحزازة

ينفع كمية من الصمغ العربي بالحل ويفرك بها محل الحزازة مرتين باليوم كما يفيد هذا العلاج للمصابين بالأكزيما .

علاج للبواصير المزمنة

« شراب »

يُنقع قطعة واحدة ومكسرة من شرش الروباص في كوب من الماء ويشرب من هذا الماء صباحاً ومساءً لمدة ثلاثة ايام ويعمل منقوع آخر لمدة ثلاثة ايام اخرى . ويعمل منقوع اخيراً لمدة ثلاثة ايام اخرى ايضاً .

علاج آخر للبواصير

« مرهم »

اولاً يوضع العلق فوق رؤوس الباحور الناتية لمدة نصف ساعة عندها تكب

العلق على امتصاص الدم الفاسد ، ويرش ملح ناعم على العلق لتفصل عن البواصير .

ثانياً يمزج ١٠٠ غرام قطران و٤ حبات كاف هندي مسحوق و٣ غرامات صبرا شقرا تمزج جيداً مع بعضها لتصبح مرهماً ، يغمس القطن في المرهم ويدهن به البواصير وتغطى بالقطن وتوضع قطعة شاش على القطن وتحفظ مع ربطها حتى الصباح عندها يعمل غسلة بماء فاتر ويضاف الى الماء قليل من الوريك يعمل هذه الطريقة لمدة ستة ايام بدون علق .

للبواصير ايضاً

« مرهم »

يمزج ٦٠ غراماً فازلين اصفر ، مع ٦ غرامات Dalmator or From Yodo اصفر ، و١٢ غراماً بوريك ناعم ، و٣ غرامات اكتيور اسود لتصبح مرهماً .

اولاً عند الخروج يغسل المخرج بالماء الساخن مضافاً اليه قليل من الوريك وبعد التنشيف تدهن البواصير بالمرهم بواسطة قطعة من الشاش وتبقى على المخرج بشكل تحميلة وتحفظ وعند كل خروج تستعمل نفس الطريقة لمدة اربعة ايام .

علاج لحكة البواصير

٦ يذوب ١٥٠ غراماً دهن الخنزير على النار ويرفع جانباً ، ثم تضاف اليه ٢٥ غراماً كافور و١٥ غراماً هندي شعيري مسحوق و١٥ غراماً صبرا شقرا مسحوق و٥٠ غراماً زيت الخروع ، ليصبح مرهماً .

تدهن البواصير مرة في الصباح ومرة في المساء لمدة عشرة ايام .

علاج للبواصير

يسحق كثر هندي عدد ٢ لتصبح كالبودرة وتمزج في ٥٠ غراماً من الزبدة وتصبح عجينة .

يدهن بها البواسير مرتين في اليوم لمدة اسبوع .

علاج آخر للبواسير

يذوب ٥٠ غراماً دهن الخنزير على النار ويضاف اليها ٢٥ غراماً مدرسك
دهني و ١٥ غراماً سبيداج حجري بعد سحقها تمزج جيداً مع دهن الخنزير .
يدهن بها البواسير مرتين في اليوم صباحاً ومساءً لمدة ستة ايام .

علاج آخر للبواسير

يوضع قطعة من القطن في شاشة وتغمس بالكاز وتدهن البواسير كل يوم
مرتين ومن ثم يدهن بزيت الخروع يعمل بهذا العلاج لمدة اسبوع .

علاج آخر للبواسير

تغمس ٥٠ غراماً من العدس محروش احمر لتصبح كالبن وتمزج في ١٠٠ غرام
دس العسل

يؤخذ هذا المزيج يومياً مرة واحدة .

يعمل كل يوم مزيج حديد ولمدة خمسة عشر يوماً .

لازالة البواسير

تمزج ١٥ غراماً زنجبيل مع ١٥ غراماً عفص وتسحق جيداً وتضاف الى فنجان
قهوة زيت الخروع لتصبح عجينة .

يؤخذ مقدار ملعقة صغيرة وتعمل على شكل كحلل تغمس في مسحوق

القرقسوس .

يؤخذ حبة واحدة كل يوم بعد الأكل بساعة عندها تزول البواسير وتختفي .

علاج آخر للبواسير

يمزج ١٠٠ غرام عسل صافي مع حبة مسخنة في اللون الأصفر مقدار ٢٥ غراماً وبعد سحق وسخ العصافير تمزج بالعسل لتصبح كالمرهم .
تدهن البواسير مرتين في اليوم صباحاً ومساءً يوم بعد يوم لمدة خمسة ايام .

علاج للبواسير

اولاً يحضر بصل بري ويقسم الى قسمين .

ثانياً تدهن البواسير بقليل من الأكسجين عيار ٢٠ ويمسح بقطعة من الشاش المعقم . ثم يفرك بالبصل البري لمدة فترة قصيرة بحيث يتحمل المريض هذه العملية .

ثم تسحق ١٠ غرامات زنجبيل و ١/٤ جوزة الطيب وحبتي سلفاتيازول وتمزج جميعها مع ١٥ غرام زيت الغار و ٣ غرامات زيت الزعتر و ٥ غرامات من الكافور حتى يصبح كالمرهم .

تدهن بهده جميعها البواسير مرتين في اليوم صباحاً ومساءً لمدة اسبوع .
يؤخذ بجانب هذا العلاج جزء من شرش الروباص صباحاً ومساءً لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج ابو صفار « ريقان »

تقطع قطعة من شرش الروباص الى عدة قطع وتنقع في الماء لفترة ثلاث ساعات .

يؤخذ عصيرها كل يوم ثلاث مرات لمدة يومين .

وفي اليوم الثالث يؤخذ مستحلب التمر الهندي كل ثلاث ساعات كوب واحد لمدة يومين ايضاً .

عند استعمال هذه الوصفة يحذر اكل الاطعمة التالية : البطاطا والسمك

والبيض واللحم .

يجب الاستراحة وعدم القيام بأي عمل خلال تناول هذه الوصفة .

كذلك عند الانتهاء من تناول هذين الشرابين يؤخذ ايضاً شراب الليمون
فاتراً لمدة يومين صباحاً ومساءً كوب واحد .

لعلاج الريقان ايضاً

تمزج ٥٠ غراماً من مسحوق الكزبرة مع ٢٥ غراماً مسحوق سكر النبات ،
وتسف ملعقة صغيرة مرتين في اليوم لمدة ستة ايام .

علاج للريقان (ابو صفار)

يؤخذ سلطة مع الطعام يومياً ولمدة اسبوع مركبة من الخس والجزر الممزوجين
بخل العنب وزيت الزيتون .

علاج للريقان « ابو صفار »

تنقع قطعة من شرش الروباص في كباية ماء مدة ثلاث ساعات ويؤخذ كل
ثلاث ساعات كباية في مدة ٢٤ ساعة ولمدة ثلاثة ايام .
ثم يؤخذ بدل شرش الروباص مستحلب التمر الهندي كل ثلاث ساعات
كباية واحدة لمدة ثلاثة ايام .
يحذر اكل المفالي واللحم والسمنك والبيض مع الراحة التامة .

للريقان ايضاً

- تشوى بصله حمراء على النار وتؤكل كلها بعد الغداء ، لمدة عشرة ايام كل
يوم بصله واحدة .
- يسحق ٥٠ غراماً كزبرة و ٤٠ غراماً سكر نبات وتمزج مع بعضها ويؤخذ
يومياً ملعقة صغيرة صباحاً على الريز ومساءً عند النوم لمدة عشرة ايام بحاتب
النسل .

لعلاج الريقان ايضاً

يوضع مسحوق قشر الرمان « كشود » في شاشة في كباية ماء عند المساء وفي الصباح يؤخذ هذا الماء على الريق ، يضاف على المسحوق مرة ثانية نفس المقدار ماء ويترك لثاني يوم وكذلك في اليوم الثالث .

يؤخذ استراحة ثلاثة ايام ثم يؤخذ مسحوق جديد مرة ثانية لمدة ثلاثة ايام .

« رائحة الفم »

نسحق ٥٠ غراماً كزبرة و ٤٠ غراماً سكر نبات وتمزج مع بعضها وتسف ملعقة صغيرة بعد الاكل بساعة مع شرب قليل من الماء وراءها .

يُستعمل العلاج لمدة عشرة ايام كما انه يوصف للمسافرين يحرا للوقاية من الدوخة .

لازالة رائحة الفم ايضاً

يمزج ١٠٠ غرام كزبرة ناعمة مع ٦ غرامات ملح الطعام يؤخذ منها سفاً كل يوم ملعقة صغيرة مع قليلاً من الماء لمدة ١٢ يوماً .

علاج بحة الصوت

تحمص ثلاث جورات مع قشرها على النار حتى تصبح كالفحم ثم تسحق وتضاف الى كوب خمر حلو وتغلى على النار .

يؤخذ منها كل ساعة ملعقة كبيرة .

تطلى قطعة قماش بالطحينة وتلف على الرقبة مساء حتى الصباح وبعد نزع قطعة القماش تغسل الرقبة بماء فاتر وتستعمل لزقة جديدة كل يوم لمدة خمسة ايام .

علاج تشقق الشفتين

بمزج غرام واحد زيت الورد و غرامين زيت البنفسج و ٣ غرامات زيت لوز
حلو مزجاً جيداً .

تدهن الشفتين كل يوم مرة واحدة لمدة ثلاثة ايام .

علاج لازالة الحبوب من اللسان

٣ غرامات تناكار ١٠ غرامات سكر نباتي تسحق جيداً وتمزج معاً وتضاف الى
شراب التوت بمقدار ٥ غرامات .

يدرك به اللسان صباحاً ومساءً بالاصبع لمدة ثلاثة ايام .

علاج آخر لازالة الحبوب

من اللسان

نيل عجمي ٣ غرامات سكر نبات ١٠ غرامات تناكار ١٠ غرامات تسحق
وتمزج مع بعضها .

يدهن اللسان صباحاً ومساءً لمدة ثلاثة ايام .

وجع الأسنان

يعمل غرغرة في نصف فنجان قهوة سبورتو ابيض ممزوجاً في نصف فنجان قهوة
ماء ساخن ثلاث مرات في اليوم لمدة ثلاثة ايام يزول الوجع تماماً .

وجع الأسنان ايضاً

يلف عود كبريت بالقطن ويغمس في نقطة من روح القرنفل وينقط على
الأسنان الموجوعة يزول الوجع حالاً .

علاج لالتهاب الفم مع حرارة

« للاطفال »

يسحق ١٠ غرامات تناكار (بورق) مع ٢٠ غراماً سكر نباتي حتى تصبح كالبودرة .

تغمس الاصبع في شراب التوت وتوضع في البودرة المستحضرة ويفرك بها فم الطفل كل يوم مرة واحدة ولمدة ستة ايام يوم استراحة ويوم عملية دهن الفم .

لعلاج القالوع

« سيلان اللعاب »

يتمزج مقدار ملعقة كبيرة من دبس الرمان مع نصف كوب كربونات حلو ويدهن الحلق بالداخل يوميا صباحا ومساء لمدة ثلاثة ايام .

بعد كل دهنة تظهر علامة التقيؤ لدى المصاب لا خوف من ذلك .

علاج لالتهاب اللثة لدى الاطفال

يضاف مقدار نصف ملعقة صغيرة كربونات الى ملعقة عسل كبيرة .

تمزج جيدا وتدهن اللثة يوميا مرتين كما انها تفيد الكبار ايضا .

علاج لتقوية اللثة .

تسحق المقادير التالية وتمزج جيدا .

٣ غرامات كتر هندي و٣ غرامات زهر الرمان جُلُنار فارسي و٦ غرامات سكر نباتي و٣ غرامات هندي شعيري و٦ غرامات خشب كينا وثلاث عجوات تمر هندي وحبثان عقص و٣ غرامات تراب ارمني و٣ غرامات كزبرة وغرامان قرنفل .

اولا يغمس الاصبع في شراب التوت ويوضع بالمركب اعلاه حاملا البودرة ، يفرك بالاصبع اللثة جيدا كل يوم مرتين ويرتاح يوما على مدى خمسة ايام .

علاج لتقوية اللثة

تسحق ٣ غرامات شبة بيضا و ٥ حبات قرنفل و غرامان نيل عجمي و ٥ غرامات سكر نبات حتى تصبح ناعمة كالبودرة تغمس الأصبع في شراب التوت وتوضع في البودرة وتفرك اللثة مرتين في اليوم لمدة ستة ايام .

علاج لالتهاب البلعوم

اولا يؤخذ أي مسهل .

ثانيا يمزج قليل من زهر الختمية في ربع ملعقة بوريك وتغلى على النار في كوب ونصف من الماء لتصبح كوباً واحداً يعمل بها غرغرة صباحا ومساء .

يعمل مزيج جديد لمدة ثلاثة ايام يعمل بها غرغرة .

علاج آخر لالتهاب البلعوم

تغلى تستان في كوب ونصف من الماء بعد تقطيعها مع قليل من زهر الختمية لتصبح كوباً واحدا .

تؤخذ صباحاً ومساء في اليوم لمدة خمسة ايام .

علاج لالتهاب البلعوم

يضاف ملعقة صغيرة من خل التفاح في كوب ماء ساخنة وعندما تصبح فاترة يعمل بها غرغرة مرة واحدة في اليوم .

يعمل علاج جديد كل يوم لمدة خمسة ايام .

علاج لالتهاب اللثة والفم

تسحق ١٠ غرامات كيل ارمني و ٣ غرامات عفصات و ٤٠ غرام سكر نبات و غرامين شبة بيضاء سحقا جيدا لتصبح ناعمة .

تمزج المسحوق في فنجان قهوة من شراب التوت ليصير كالمرهم يدهن الفم
واللثة بالمرهم مرتين في اليوم لمدة ستة ايام .

لازالة الكمخة من اللثة

تسحق قطعة من فحم السنديان وتنخل ، ثم يؤتى بقطعة قماش وتبلل بعصير
الليمون الحامض وتغمس بمسحوق الفحم .

يفرك بها اللثة حتى تصبح ناصعة بيضاء وتزول الكمخة يعمل لمدة ستة ايام
كل يوم مرة واحدة .

علاج لضعف « اللثة »

« غرغرة »

يُسحق ٥ غرامات شبة بيضاء و ٣ غرامات كزبرة و ٥ غرامات خشب كينا و ٣
غرامات قرنفل و ٣ غرامات ت ساكار و غرامان عود القرع و ٥ غرامات سكر نباتي
و غرامان نيل عراقي و ٥ غرامات ملح الطعام و يمزج منها ١٠ غرامات من الخل
وتوضع في لتر ونصف من الماء وتغلى على النار وتترك حتى تصبح فاترة .

يعمل بها غرغرة مقدار فنجان قهوة صباحا ومساء كل يوم ولمدة اسبوع وكلما
يعمل غرغرة يسخن المزوج قليلاً . وآخر لوجع اللثة .

يوضع على جانبي اللثة قليلاً من الكربونات الحلو .

يزول الوجع حالاً .

علاج للفتق

يحضر ٢٠ غراما من الرصاص ويطرق حتى يصير مثل ورق السيكارة وتجوف
حتى تصبح على شكل نصف فنجان بقدر حجم البيضة .

تقدح الدائرة من اربع جهات وتربط بخيط من قطن او حرير وتوضع فيها



بصلة واحدة حتى تلامسها جيداً وتربط الخيط جيداً لمدة خمسة عشر يوماً حتى
يرجع البصمة وينمو ويتحجج ملامستها الرصاصة .

علاج لتورم بيض الطفل

تسحق ١٠٠ غرام زباديا حاصرا أو دسنة وتغلى على النار في قنبر من الماء حتى
تصبح عجينة

يرصع العجينة على الأورام ونصف بندقي لمدة ساعتين كل يوم ثلاث مرات لمدة
ثلاثة أيام

ولعبراً بدهن للحل بمرهم الكول لسود .

مترول الأورام حلاً .

علاج لكتم المعدة

يسحق ٢٠ غرام صبر شفر و ٤٠ غرام ماء ورد صبي و ٥ غرامات مردني حتى
تصبح دسنة وتغلى في برشبات ثمرة زير ومنقار حمصة

فأخذ برشبات في اليوم برشبات واحدة لمدة يومين ويوم واحد السراخنة وحلات
السوعين .

ولأ يرفف العلاج لمدة سبوع . للاستراحة ثم يؤخذ هذا العلاج لمدة
السوعين الآخرين .

حقة الخبيرة للعموم

لكتم المعدة

تعلي قصة من الخبيرة في لبر ونصف من الماء حتى تصبح لبر واحد وبعد
تغليتها بصدف ليها منقعة صغيرة من نكر بوبت وعدد نقر قبلا . تعمل بها
حقة مرة واحدة مع حواء الشهبين والرفير أثناء احدها

يجب الصبر عليها لمدة ربع ساعة وبعدها يخرج الى الحمام .

اذا كانت المعدة كاتمة ومستعصية يضاف الى مغلي الخبيزة زهر الختمية مع ٥ غرامات بذركتان و٥ غرامات بابونج .

علاج لآلام المعدة

يسحق ١٠٠ غرام بخور ابيض ذكر .

تسف كل يوم ملعقة صغيرة صباحا ويؤخذ بعدها قليل من الماء .

يعمل بهذه الطريقة لمدة عشرة ايام .

علاج لآلام المعدة

يحضر ٢٠٠ غرام من بذور الحلبة .

تبلع يوميا نصف ملعقة قهوة صغيرة مع قليل من الماء وذلك بعد الاكل بساعة حتى تنتهي هذه الكمية .

علاج آخر لآلام المعدة

تسحق حنظلة واحدة ويمزج بوزنها سكر النبات وتسحق ثانية .

يؤخذ كل يوم ملعقة صغيرة واحدة عند المساء سقاً ولمدة عشرة ايام مع اخذ قليل من الماء وراءها ليسهل الابتلاع .

علاج لآلام المعدة المزمنة

يغلي مقدار ملعقة من ورق الزعتر على النار بعد اضافة كأس خمر معتق اليه .

يؤخذ منه كل يوم صباحا على الريق مقدار فنجان قهوة ويفيد هذا المغلي للمصابين بامراض القلب .

علاج لآلام المعدة

يسحق ١٠ غرامات قرنفل و ٥٠ غراما قرفة و ٤٠ غراما رنجيل و يوضع على
حلة .

ثم يسحق ١٥٠ غراما ربيب السود و يمزج المسحوقين مع نيسح كسحور .

يؤخذ مقدار حوزة كل يوم صالحة لمدة خمسة عشر يوما

يفيد هذا العلاج للديزنتري ايضا .

علاج للقرحة

بمزج ٥٠ غراما لدر كند و ٥٠ غراما بسوج و ٥٠ غراما عرفسوس و ٥٠ غراما
زبزون و ٥٠ غراما رنجيل و ٥٠ غراما فصعين و ٥٠ غراما كبريت سب

وتعق قصة من هذا المزيج في كوب ونصف من ماء على النار ليوم

يؤخذ ثلاث مرات في اليوم بعد الاكل ساعة واحدة لمدة خمسة عشر يوما

علاج لآلام الأمعاء والمعدة

يسحق ٥٠ غراما سيمكي و ١٥ غراما شمر و ١٥ غراما قرفة و ١٥ غراما حنة
البركة و ١٠ غرامات منق الطرطر و ١٠ غرامات رنجيل و ١٠ غرامات مسكة و ١٠
غرامات حرمل و ١٥ غراما حصربان و تمزج ٢٥٠ غراما من العسل حتى تصح
عجبة .

يؤخذ ملعقة صغيرة بعد الاكل بساعة في الصباح وفي المساء .

لعلاج حموضة المعدة والغازات

اولا يجمع ٢٠٠ غراما حلبة و ٧٠ غراما بدميا ناشفة و تسحق مع ٢٥ غراما صبرا
شقرا و ٥٠ غراما كبريت جمل و ٢٥ غراما كبريت عامودي و تمزج جميعها .

بؤخذ كل يوم ملعقة صغيرة بعد الأكل صباحاً ومساءً وبشرب قليل من الماء
وراءها .

علاج لسوء الهضم

بعض ٥٠ غراماً من حشيشة التلات و ٥٠ غراماً من حشيشة الكيل الجبل و ٥٠
غراماً من حشيشة الرمد على النار في كوب ونصف من الماء و ٢٥ غراماً زعتر بري
حتى تصح كوباً واحداً .

بؤخذ ثلاث مرات يومياً بعد تحليتها بسكر التلات وبعمل مغلي جديد كل يوم
وفئة اسرع .

بؤخذ من صدر الطير ثلاث حروم كل يوم مساءً ويغلى بورق الجريد
حتى لا يتوسخ القميص .

علاج لالتهاب المصران الغليظ

بؤخذ ٥٠ غراماً من ماء البير و ٥٠ غراماً من سكر نبات و ٥٠ غراماً من كربونات .
بؤخذ نصف مع قليل من ماء ليهل السلاعه معقه قهوة صباحاً ومساءً يوم بعد
يوم حتى ينتهي هذا المسحوق .

لمنع الغازات

بؤخذ ١٠٠ غراماً من ماء البير و ٧٥ غراماً من سكر النبات ونصف
صباحاً ومساءً مقدار نصف ملعقة قهوة وبؤخذ معها الماء ليهل السلاعه .

للغازات المزمنة

بؤخذ ٣ غرامات صراشفا مع غرامين من المسكي ونصف يوم بعد يوم لمدة
شهر مع اخذ الماء وراءها .
بؤخذ كل يوم مقدار جديد .

لازالة المغص لدى الأطفال بعد الولادة

تسحق حبتان من المحلبة وتضاف اليها كمية قليلة من حليب، الأم او حليب
البودرة .

يسقى الطفل ينقطع المغص حالاً .

للمغص الحاد « قولنج »

اولاً يتمضغ حمسون حبة من بذور نخوة هندية كل حبة بمفردها حالاً يستريح
من المغص .

للمغص الحاد ايضاً

يغلى مقدار ملعقة صغيرة من بذور النخوة في كوب ونصف من الماء حتى
تصبح كوباً واحداً .

تؤخذ دفعة واحدة حالاً يتوقف الألم والمغص .

لمعالجة المغص الحاد

يضاف ٢٥٠ غرام من النخالة على كوبين من الماء وتغلى على النار حتى تصبح
كالمرهم .

يوضع المرهم فاتراً على شاشة وتلف على البطن والصدر لمدة خمسة ساعات .
يعمل مرهم جديد كل يوم لمدة ثلاثة ايام .

علاج للكبـد

يذوب مقدار ملعقة صغيرة من دبس الخرنوب في فنجان قهوة ماء الورد

ويؤخذ في بحر النهار بدل شرش الروباص ويمكن اخذ فنجانين باليوم وهذا العلاج يستعمل خصيصا للصغار .

علاج لتضخم الكبد

تشوى (يقطينة) قرعة وزن ٢ كيلو بالفرن حتى تصبح كالعجين وتنزع بذورها منها تمزج بمقدار وزنها طحين شعير ، وتقسم الى ثلاث اقسام .

يوضع ثلثها على شاشة وتلصق على البطن تجاه الكبد وتربط بقطعة قماش حتى الصباح حيث تنزع ويوضع محلها مزيج الثلث الثاني وفي اليوم الثالث يوضع القسم الأخير .

علاج آخر للكبد

يسحق مقدار كيلو واحد من الفجل حتى يصير كالعجين ، يضاف اليه ٢٠٠ غرام من زيت الزيتون ويغلى على النار ويوضع على شاشة ويربط على البطن تجاه الكبد .

يعمل بهذه الطريقة لمدة ثلاثة ايام .

علاج للكبد

تنقع قطعة من شرش الروباص في كوب ماء بارد مدة ساعتين ويؤخذ يوميا كوبان واحد صباحا والآخر ومساء كلاهما قبل الطعام .

اذا حدث اسهال فليتوقف عن اخذ هذا العلاج مدة من الزمن ثم يعاد فيؤخذ منه .

علاج للجروح العامة

يمزج ١٠٠ غرام فازلين اصفر و ٦ غرامات يودوفورم و ٣ غرامات بوريك لتصبح كالمرهم .



لا تمنع حور حرج منسبونو لأبصر لآكي بعه من حرنه و
حرج عبيد حور قطعة من الشجر يظهر منسبونو لأبصر من حرج بعه
من الجرائد .

بوضع كمادة من النفتن ويربط بالحكام .

عن سعد بن عبد الله عن أبيه عن حماد بن عمار عن حماد بن عمار عن حماد بن عمار عن حماد بن عمار
وقصة حديدتين .

● **نہایت مختصر : ب** ثلاث حدثت عندی ضحری

[illegible]

بجف الخرج

علاج للجرح مع تورم حوله

ولا بد من حمل مصاب السدود لا يضر في بعض حالات مصاب كسحور على
في خرج بصفحة من حوائجهم ودرج السحب بدمه مهنوز منه بد من حول خرج
مكره كنول ويوضع شاة مصهرة والسدود على خرج

ثاني - يخرج عرام واحد يؤذو فوراً وحر من مواريت و ٥ حر من ريت حرو و
٢٥ عرام و ريت اصغر و يوضع نفسه من هذا مريح على فضة من لقطر و تنصو
فوق الشاشة موصوعة على الخرج و تربط حبل مرة في اليوم من سنة حتى تصح
مدة ستة ايام و كل يوم يجري تعبير الشاشة و الفطن مع استعمال مريح حديد .

علاج للتفريح والجروح

يقلى ١٠٠ غرام زيت الزيتون و ٣٠ غرام شمع على نار حتى الذوبان
ويضاف اليه ١٥ غرام أسيد اح و ٣ غرامات مروز وبعد رفعها عن النار يضاف فيها

٦ غرامات ملح الرصاص المطحون وبحرك المزيج جيداً .

تدهن الجروح والقروح بها مرة باليوم بعد ربطها شظية من الشاش والقطن .

يعمل بهذه الطريقة لمدة اسبوع وكل يوم تغير الشاشة والقطعة ونعمل من جديد .

علاج للجروح وانقطع الدم

تدق كمية من خشيشة قطع وصل وتوضع محل الجرح فيقطع الريف حالا ويندمل الجرح .

كما تسحق هذه الخشيشة اذا كانت ناشفة وترش فوق الجرح .

لمعالجة الجروح

تمزج ٥ غرامات سرور مع فنجان قهوة زيت زيتون وفنجان قهوة سمن بقرى و ٥ غرامات مدرسك ذهبي .

تذوب على نار هادئة لتصير مرهما .

تدهن الجروح او الحبوب او الطلوع وتلف بشاشة وتغير كل يوم .

تستعمل لمدة ستة ايام .

لمعالجة الجروح الكبيرة

يسحق ٥٠ غراماً مدرسك ذهبي و ٤٠ غراماً مدرسك فضي يضاف اليها ثلاث فناجين قهوة من زيت الزيتون وفنجان قهوة خل العنب تغلى على النار جيداً .

اولا : تغسل الجرح بماء الرصاص الممزوج بكوب ونصف من الماء بعد الغلي وتنشف الجروح بالنظر .

تدهن الجرح بهذا المرهم وتربط بالشاش يوماً عند المساء حتى الصباح .

يعمل بهذه الطريقة لمدة ستة ايام .

علاج للحروق

يحرق متر واحد من خشب القصب على النار حتى يصبح رمادا ويمزج مع نصف فنجان زيت خروع .

يدهن المحل المصاب بهذا المرهم ويربط بقطعة من الشاش مرتين في اليوم لمدة أربعة ايام .

علاج آخر لمعالجة الحروق

يمزج ٤ صفار البيض مع ٦ غرامات صابون غار وتوضع على نار هادئة لتصير مرهماً .

تدهن الحروق وتلف بشاشة تكرر العملية لمدة خمسة ايام .

لمعالجة الحروق ايضاً

يحمص ٥٠ غراماً حشيشة القصعين « مريمية » وتسحق وتمزج مع فحان قهوة من زيت الزيتون .

تدهن الجروح وتلف بشاشة كل يوم مرة لمدة خمسة ايام .

علاج لاجراج « الخردق » من الجسم

اذا اصاب شخص ما بعيار ناري من بندقية صيد ودخل الخردق في جسمه تستعمل الطريقة التالية لاجراج الخردق :

يلف حالاً محل المصاب بجلد حروف مذبوح حالاً من المساء الى الصباح او من الصباح الى المساء او اثني عشر ساعة ، ثم يرفع الجلد فترى جميع الخردق الذي كان في الجسم قد اصبح في جلد الحروف ، واذا كان محل المصاب صغيراً يمكن ان يلف بجلد ارنب مذبوح حالاً وذلك لمدة اربع وعشرين ساعة

لمعالجة الحريق بالماء الساخن

يمزج ١٠٠ غرام زيت خروع مع ٥٠ غراماً مسيداج حجري ام مسيداج عادي وتعمل كالمرهم .

تدهن الحروق وتربط بقطعة شاش حتى الصباح يومياً لمدة أربعة أيام .

علاج للصدمة مع احتقان الدم

يغلى لتر من الماء بعد اضافة ثلاثة غرامات ملح الرصاص فيه .

اولا - يعمل كمادات خمسة عشر مرة فوق المحل المصاب وبعده يغسل بالماء العادي ثم يشف ويدهن بزيت الخروع ثم يرش ملعقة قهوة من الكمون الناعم فوق شريحة من اللحمه المhra وتلصق على المحل المصاب وتربط بقطعة من الشاش لمدة ٢٤ ساعة .
يعمل بهذه الطريقة مدة ثلاثة ايام .

علاج لازالة الورم الناتج عن صدمة

يمزج فازلين اصفر ١٠٠ غرام على ١٠ غرامات اكتول اسود ليصبح كالمرهم .

اولا - يغسل المحل المصاب بمطهر البرميكسات الفاتر اذ تذوب بالماء عشر حبات صغيرة منه على شكل كمادات ثم يمسح بالسيرنو الابيض ثم يدهن المحل المتورم بالمرهم ويوضع شاشة عليه وبلف جيداً .
يعمل كل يوم مرة واحدة ولمدة ستة ايام .

لعلاج الصدمة والرضة

- يذوب ملح الرصاص ٥ غرامات في لتر من الماء ثم تغمس فيها قطعة من القطن وتوضع فوق المحل المصاب بدرجة يتحملة الجلد ، يعمل خمسة عشر مرة متوالية على شكل كمادات ، ثم توضع قطعة اخرى ساحنة وتربط بقطعة قماش وتترك لمدة ساعتين .

١٠٠ غرام قطعة الشاش من المحل المتورم ويمسح بالسبيرتو وتوضع قطعة اخرى
عنه عليه ساعتي وتربط ثم تنزع عنه .

١٠٠ احد يمزج ٣٠ غراما قارلي اصفر و ٦ غرامات اكلتول اسود ويدهن
حسب المصاب ويربط لمدة ثلاثة ايام وكل مساء يغير ويدهن بمزيج جديد .

علاج اخر لتورم الصدمة

مزج ١٠٠٠ غرام من الشاي ١٠٠٠ غرام من الماء ويعمل بها كمادات خمسة
عشر مرة على المحل المصاب بالصدمة في اليوم ثم يوضع عليه قطعة شاش مغموسة
بمزيج اعلاه وتربط من المساء حتى الصباح .

١٠٠ هذه السمكة مدة ثلاثة ايام حتى تخفي الورم وتزول الحرارة .

علاج للملاريا

حل ٢٠ غرام من حشيشة القطر في لترين من الماء على النار حتى تصبح
السيولة نصفها ثم يصفى ويترك حتى يبرد ثم يخلط مع ١٠٠ غرام من
في معدل لتر واحد

١٠٠ هذا العلاج يصفى بماء محال فهو يصفى من هذا العلاج ايضا للذين
يشكون الملاريا

علاج حمى التيفوئيد

يحل هذه قطع من قشور البرتقال مع كوب ونصف من الماء على النار حتى
يصبح ثوباء واحد

١٠٠ هذا كل يوم ثلاث مرات في اليوم

علاج لآرالة الاملاح من الجسم

١٠٠ هذا كل يوم حسب الحاجة على الراس كوب ماء ساخن مع نصف ليمونة حامضة .

• ينكس ثعلبية الماء بملعقة صغيرة من العسل وذلك لمدة خمسة عشرة يوماً ثم يؤخذ راحة مدة خمسة عشر يوماً ، ثم يعاود اخذ الماء الساحن ونصف الليمونة الخمسة عدة مرات يومياً صباحاً على الريق حتى تزول الأملاح نهائياً .

علاج آخر لازالة الاملاح

تعمل فصة من شوك الحمل (قصوان) في لتر من الماء ثم تصفى وتترك حتى تصبح باردة .

يؤخذ هذا الفصل في النهار عوضاً من الماء فيزيل الاملاح واللال من البول والدم .

يؤخذ لمدة شهر حتى يشفى المريض .

علاج للربة

اولاً - سحق ٥٠ غراماً خشب داء الكلبيري و ٢٠ غراماً خشب مر و ١٠ غرامات راوند و ١٠ غرامات حشيشة القطه و ١٠ غرامات كشود (قشر الرمان) و ٥ غرامات ورق حر و ١٠٠ غرام سكر نبات

ثانياً - سحق ١٥٠ غراماً زبيب اسود او احمر بمزج المسحوقان معاً مزجاً جيداً

يعل هذا المزيج على النار بعد اضافة ست لترات من الماء اليه ويصفى وبه ان يصح فائراً بعداً في قاني ويوضع في الراد .

يؤخذ منه قبل الاكل ملعقة كبيرة ثلاث مرات في اليوم عند اخذ العلاج تترك احدى القاني خارج الراد ويؤخذ منها هذا العلاج وعندما ينتهي منها يخرج قبية اخرى وهكذا الى ان ينتهي من القاني جميعها .

علاج للأغماء

يضاف ملعقة صغيرة من الشا الى فجان قهوة من الماء وفجان قهوة ماء الزهر .

تعطى للمغمى عليه حالا يصحو ويعود الى حالته الطبيعية .

هبوط الشرج

يحضر لباد صوف قياس 15×15 سم ويكسر في نصفه صفار بيضة واحدة
تلتصق اللبادة على المخرج لتلامسه وذلك لمدة عشر دقائق . عندها يدخل صفار
لبيض الى الداخل ليشكل تحميللة .

يستعمل هذا العلاج عند الصباح قبل الفطور .

علاج لهبوط الشرج

يحرق قطعة نعل جلد وحبتي عقص ليصبحا رمادا ثم يدق ١٠٠ غرام زبيب
اسود ويمزج معها الرماد ليصبح معجونة .

اولا - يؤخذ قسم من الرماد ويرش فوق الشرج الهابط . ثم يعمل مقدار
جوزة من المعجونة على شكل تحميللة ويحفظ جيدا من المساء حتى الصباح .

يعمل لمدة اربعة ايام حتى يختفي الشرج ويعود الى الداخل ويزول
الالتهاب .

لعلاج الفاريز

يوضع ١٠٠ غرام كاز و ٢٥ غراماً بترين و ١٠ غرامات ملح الطعام في قنية
ويحكم سدها ووضعهما في الشمس مدة ثمانية ايام وكل يوم تخض جيدا ، يدهن
الفاريز بواسطة قطنة بهذا المزيج مرتين في اليوم وبعد خمسة عشر دقيقة تدهن باليود
المخفف بواسطة قطنة ايضا .

يعمل بهذا الدواء حتى ينتهي المزيج حيث تزول الفاريز .

كما ان هذا العلاج يفيد في حالة عرق النسا اذا استعمل دلکا يخفف الآلام
ويرتاح المصاب .

دواء آخر للقاريز

يفرك المحل المصاب بالقاريز بالخل ويكون الفرك من اسفل الرجل الى
الأهل مرتين في اليوم .

يستعمل بهذا العلاج لمدة شهر .

لمنع تبول الأولاد بالفرش

يسحق قشور ٧ بيضات وتحمص لتصير كلون البن ، تمزج مع ٥٠ غراماً من
العل .

يؤخذ صباحاً ومساءً كل يوم ملعقة صغيرة .

لمنع التبول ايضاً

يسحق ٥٠ غراماً جكم و ١٠٠ غرام زبيب اسود كل بمفردها وتمزج لتصبح
معجونة .

يؤخذ كل يوم ملعقة صغيرة صباحاً ومساءً لمدة ١٢ يوماً .

لمنع التبول ايضاً

تذوب ٥ غرامات غري سمك « جيلاتين » في الشاي او الزهورات .

يؤخذ كل يوم ثلاث مرات .

يعمل بنفس الطريقة لمدة خمسة ايام .

لمنع التبول ايضاً

تسحق قشور ثلاث بيضات وتحمص على نار هادئة حتى يصبح لونها اسمر .

يفلى البابونج ويضاف اليه نصف ملعقة من هذا المسحوق ويعطى للطفل صباحا بعد الأكل بساعة ومساء قبل النوم لمدة عشرة ايام .

علاج آخر لمنع تبول الأولاد ليلا

يحمص الزنجبيل حتى يصبح كالقهوة ويسحق ثم يمزج مقدار ١٠ غرامات منه مع ٢٠٠ غرام عسل .

يؤخذ ملعقة صغيرة قبل النوم كل ليلة لمدة خمسة عشر يوما .

لطين الآذان

يقطع جزء بسيط من سن الثوم ويوضع داخل الأذن ويترك فيها لمدة خمسة ايام ثم ينزع منها ، فيزول الطنين .

لمنع طنين الآذان والآلام

تقطر نقطتان من عصير العنب داخل الأذنين ويوضع عليها قليل من القطع .

يعمل ذلك يوميا صباحا ومساء لمدة ثلاثة ايام .

عندما يغسل الوجه يجب الا يمس الماء الأذن .

لطين الآذان ايضا

تكسر حنظلة واحدة وتغلى بفنجانين من زيت الزيتون تقطر في الأذنين نقطتان

مرتين كل يوم وتسد بقطعة من القطن لمدة خمسة دقائق .

يعمل بذلك لمدة اسبوع وعند الغسل يجب الا يدخلها الماء .

لآلام الآذان

يفلى مقدار ملعقة بابونج في كوب ماء ، ثم تبخر الاذان على بخار الماء لمدة

عشر دقائق وتجفف بالقطن ، وتقطر نقطتان من الاكسجين داخل الاذنين وتترك لمدة عشر دقائق ثم يجفف ويقطر فيها ايضا بثلاث نقط من الكليسرين وتحشى بالقطن يوميا لمدة اربعة ايام .

ثقل في السمع

تجمع كمية من ديدان الزرع الحمراء الرفيعة وتغلى في فنجان قهوة من زيت الزيتون حتى تحترق الديدان .

تقطر الاذنين بثلاث نقط من هذا الزيت مرتين في اليوم وتسد الاذن بقطعة من القطن لمدة خمس دقائق .

تكرر العملية لمدة اسبوع شرط ألا يمس الاذنين الماء عند غسل الوجه .

« مرهم مطرجي »

علاج للدامل

يمزج ٢٠٠ غراماً شحم ضاني مع ٥٠ غراماً زيت الزيتون و ٥٠ غراماً موميا ، و ٤٠ غراماً قلفونة و ٣٠ غراماً جكم مسحوق و ١٠ غرامات شمع عسلي .

يغلى هذا المزيج على النار حتى يصبح كالمرهم يوضع قسم من هذا المرهم على قطعة من الشاش ويلصق فوق الدملة ويوضع فوق الشاشه قليل من القطن وتربط جيدا ويعمل ذلك في اليوم مرتين ولمدة عشرة ايام .

عندها تنضج الدملة وتفتح ويزول منها الصديد وبعد زوال الصديد يمسح حوالي الدملة بالسبيرتو الابيض ويوضع فوقها لزقة بنزكتان ليندمل الجرح ولمدة اربعة ايام كل يوم مرة واحدة ولزقة جديدة .

علاج آخر للدملة المستعصية

يسحق ١٠ غرامات عنزوت و ١٠ غرامات سكر نبات لتصبح ناعمة .

يوضع قليلاً من هذا المزيج فوق الدملة وتربط بالشاش لمدة ١٢ ساعة كل يوم

ثانياً تسحق ربطتا بقدونس ناشفة وتمزج مع الخليط الاول .
يؤخذ صباحاً ومساءً ملعقة صغيرة سفاً .

علاج لضغط الدم العالي

يغلى ١٠٠ غرام ورق زيتون احضر في قسنة من الماء على النار ، يؤخذ كل يوم
ثلاث مرات فنجان قهوة لمدة خمسة ايام وبعد الانتهاء من هذا العلاج :
يضاف ملعقة صغيرة دبس عنب الى كوب من الماء العادي ، تؤخذ ثلاث
مرات يوميا بعد الاكل بساعة لمدة عشرة ايام .

علاج آخر للضغط العالي

يسحق ٥٠ غرام صبرا شقرا و ٥٠ غرام مزدكي . وتعمل برشانات بوضعها في
ورق السجائر .
تسف صباحاً ومساءً بعد الاكل لمدة عشرين يوماً ويؤخذ وراءها قليلاً من
الماء .

لعلاج الزلال

يغلى ٥٠ غرام من البعدرون في كوبين من الماء حتى تصبح كوباً واحداً .
يؤخذ يومياً ثلاث ملاعق كبيرة لمدة ثلاثة ايام ثم يغلى نفس المقدار ويؤخذ
ثلاث مرات في اليوم لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج للكوليسترول ، الدهن بالدم

يؤخذ من اليود عيار ٥٪ كل يوم صباحاً على الريق اربع نقط في نصف فنجان
قهوة من الماء وفي كل يوم يزداد نقطة الى ان يصل الى اثني عشرة نقطة ، ثم يعاد
اخذه من الاربع نقاط لمدة شهر ومن بعده يجري الفحص فان لم تتخلص من
الدهن يعاد فيؤخذ لمدة شهر آخر عندها تتخلص من الدهن في الدم .

يحظر هذا العلاج على النساء الحياتى واللواتى هن فى زمن الميعاد الشهرى
والمصابون بالقرحة المعوية والمصابون بالزلال بالبول .
كما يمنع اخذ الملح وشرب القهوة واكل المواد الدهنية .

علاج لفقر الدم

اولاً تحضر قشور تفاحة واحدة يابسة و ٢٥ غراماً بذر قراص و ٢٥ غراماً اكليل
الجمل و ٢٥ غراماً قنطريون و ٢٥ غراماً قصعين تمزج جميعها معاً .
تغلى قبضة من هذا المزيج على النار ويحلى بسكر النبات ويؤخذ مرتين فى
اليوم .

يعمل بهذا العلاج حتى ينتهى المزيج .

علاج لتورم الغدد (اللوزات)

تشوى بصلة واحدة على النار ثم تسحق مع ملعقة صغيرة من السكر الناعم
ويضاف اليها برش صابون زيت غار (حليبى) مقدار ملعقة واحدة صغيرة وملعقة
صغيرة من الحليب .

تمزج جميعها جيداً حتى يصبح كالمرهم .

توضع فوق شاشة وتلصق على الحلق من المساء حتى مساء اليوم الثانى بعد
ربطها جيداً .

يؤخذ فى ذات اليوم المغلى الآتى : ملعقة كبيرة سلمكة وملعقة ونصف كبيرة
بذر كتان بعد غليها فى ست اكواب من الماء حتى تصبح ثلاثة ويؤخذ منها كل يوم
كوب واحد على الريق والاكل يكون بعد اربع ساعات لمدة ثلاثة ايام .

علاج للغدة الدرقية

يفلى مقدار ملعقة كبيرة من الجعدة فى كوبين من الماء حتى تصبح كوباً .

يؤخذ كل يوم مساء قبل الاكل ملعقة كبيرة ويمنع اكل المقالي وشرب الماء المثلح
عند اخذ هذا العلاج .

علاج لأزالة التهاب الحلق واللوزتين والرشح والربو تنقع بيضة كاملة نية في
قدح عصير الليمون ويوضع تحت السماء ليلا حتى الصباح وفي الصباح ترفع البيضة
بهدوء من عصير الليمون ويؤخذ العصير جرعة واحدة او عدة جرعات في اليوم .

آلام اللوزتين

« غرغرة »

تغلي في نصف لتر ماء على النار المقادير الآتية : ١٠ غرامات هندي شعيري ،
و ٢٠ غراماً خبيزة تنزل من على النار حتى تصبح فاترة ، يعمل بها غرغرة كل يوم
مرتين .

تحدد الكمية ويعمل بها كل يوم لمدة اسبوع .

لآلام اللوزتين

« مرهم »

اولاً تغسل الرقبة بالصابون ، ثم يدهن الحلق في ملعقة كبيرة من زيت
الخروع .

ثانياً يحضر شريحة من القمر الدين قياس ١٠×٣٠ سم وتثقب على شكل اللزقة
وتدهن بزيت الخروع وتوضع على الرقبة عند المساء وتربط بقطعة من القماش وتترك
حتى ثاني يوم الى المساء .

يعمل بهذه اللزقة ثلاث مرات .

لآلام اللوزتين

« غرغرة ومرهم »

اولاً يؤخذ مسهل زيت الخروع ٥ ملل ٦ غرامات مضافا اليه نصف فنجان قهوة من البابونج المحلى بالسكر وذلك على الريق صباحاً .
ثانياً يعمل غرغرة من ٥ غرامات دهر الخشمية مع غرام واحد بوريك بعد ان تغلى على النار في كوب ونصف من الماء ، نصبح فائز .
يعمل غرغرة صباحاً ومساءً لمدة ثلاثة ايام .
ثالثاً ندهن الرقعة بزيت الخروع ويوضع عليها حريذة مثقوبة وتربط بقطعة من القماش وتغير صباحاً ومساءً لمدة اربعة ايام .
يوصف هذا العلاج للصغار اما للكبار فيعطى لهم ضعف الاسهال والغرغرة .

علاج لطرد الديدان

يمزج قليل من الطحين مع ٥ غرامات روح الزعتر وتقسم الى عدة اقسام بحجم حبة الحمص .
للكبار : تؤخذ بلعاً مع قليل من الماء وراها ثلاث حبات باليوم .
للصغار : تؤخذ حبة واحدة بلعاً في اليوم مع قليل من الماء ليسهل بلعها .
تؤخذ هذه الحبوب حتى تنتهي منها عندها تنزل الديدان من الشرج .
يجوز اكل اي شيء من الطعام .

علاج لطرد الديدان المعوية « للأطفال »

تنقع شرائح بصلة واحدة صغيرة في الماء وتترك حتى الصباح وبعد تصفيتها

يمزج ماؤها بقليل من العسل مقدار ملعقة قهوة صغيرة .

يعطى هذا المزيج للطفل صباحاً على الريق ويعمل كل يوم مزيج جديد ولمدة خمسة ايام حتى تطرد الديدان .

علاج لطرد الديدان

يسحق ٢٠٠ غرام من بذر اللقطين تؤخذ تسلية صباحاً وظهراً كشكل نقولات ويجب الصيام عند المساء وفي اليوم الثاني يؤخذ اسهال مانيزا مع ملعقة ونصف من الليموناضة .

علاج لطرد الديدان الناعمة

اولاً تغلى حفصة حبيزة في لتر من الماء وتترك جانباً ويوضع في الحقنة ملعقة كبيرة من زيت الزيتون ويسكب فيها ثلاثة فناجين قهوة من مغلي الحبيزة وتعمل حقنة . وبعده يحقن الماء البقي من مغلي الحبيزة شرط ان يكون فاتراً وعند الحقنة على المصاب بالديدان ان يجري عملية الشهيق والزفير .

تعمل الحقن كل يومين مرة واحدة على خمس مرات .

علاج لطرد الديدان « الشعرية »

تغلى « سيكارتان » في لتر من الماء وتعمل حقنة للطفل كل يومين مرة واحدة لمدة ثلاثة ايام .

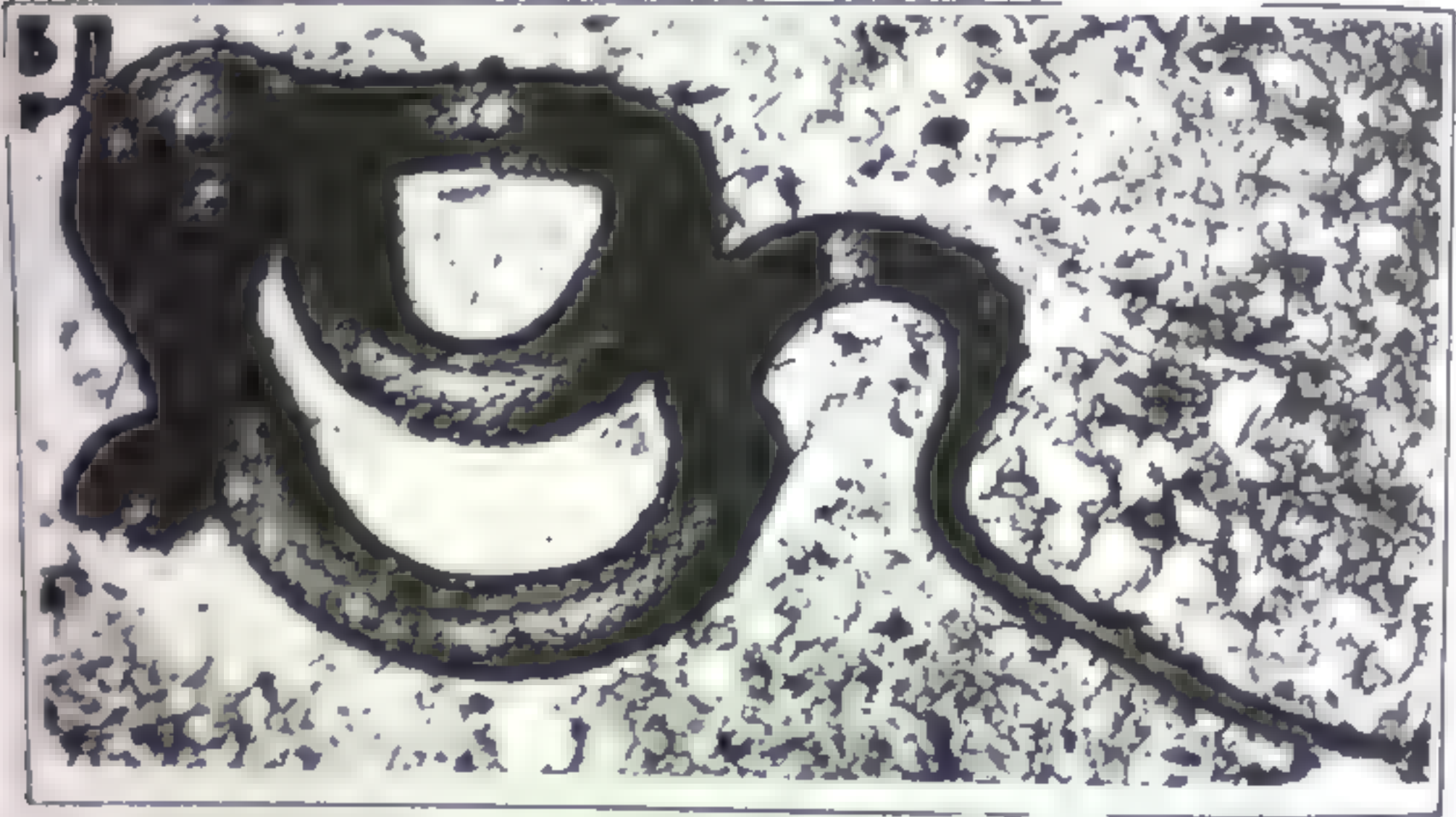
علاج لسعة العقرب

اولاً تظهر شفرة حلقة بالسبيرتو ثم يشطب محل اللسعة حتى ينزف قليل من الدم ثم يفرك المحل بالأمونياك ويلصق عليها قطعة من الشاش وتربط جيداً حتى يشفى الملسوع .

علاج لسعة الحية

اولاً تظهر شفرة حلاقة بالسيرتو ثم يشطب محل اللسعة حتى ينزف قليلاً من الدم ويفرك المحل الملسوع بثلاث نقط من الأمونياك ويلصق عليها قطعة من الشاش وتربط جيداً .

يؤخذ كوباً من الماء مع اضافة ثلاث نقط من الأمونياك اليه فيشفي الملسوع .



علاج لسعة الديور والنحلة

يسحق ٦ غرامات دواء فار اصفر ويمزج في ٦٠ غراماً من الخل ويعلى على النار حتى يصبح نصفه يدهن محل اللسعة بهذا المزيج مرة واحدة في اليوم لمدة ثلاثة ايام حتى يزول الورم ويربط جيداً .

علاج ضد التسمم

قبل ان تأخذ معلبات السردين والطنون اشرب كوباً من الماء ممزوحاً بسقطتين من خل التفاح حتى لا يتعرض للتسمم اذا كانت المعلبات فاسدة جداً متفياً (تستفرغ) .

علاج لأزالة الحصى من مجرى البول

تسحق قشرة بيضة واحدة وتنخل بالشاش ويسكب فوقها عصير ليمونة واحدة وتوضع خارج الدار في الهواء الطلق

يؤخذ هذا العلاج في الصباح

ويعمل علاج جديد ويؤخذ لمدة ثلاثة ايام .

علاج لحصر البول

يوضع كيلو بصل واحد في ليترين من الماء ويغلى على النار اولاً يؤكل لب البصل ، اما الباقي يسحق فيصير مرهما ويوضع بين شاشتين ويلصق على الحوالب ويربط بقماش حتى الصباح .

تكرر هذه العملية لمدة ثلاثة ايام .

علاج الحرقه اثناء التبول

يسحق ٣٠ غراماً راوند و ٣٠ غراماً شرش الذرة وجوزتين طيب و ١٥٠ غراماً شعير وتوضع في ثلاث ليترات من الماء وتغلى على النار حتى تصبح ليترين .

يؤخذ كل يوم فنجان قهوة مرتين صباحا ومساء

لألتهاب المثانة وحصر البول

يسحق مقدار ملعقة صغيرة من بذر الفجل ومقدار ملعقة صغيرة من بذر البقدونس ويضاف اليهما كوبان من الماء ويغلى المزيج على النار ليصبح كوباً واحداً . ويؤخذ كل يوم ثلاث مرات ، ويعمل منقوع جديد كل يوم لمدة اسبوع وبعد الانتهاء من اخذ هذا المنقوع يشرب مع الأكل بيرة لمدة عشرة ايام وعوضاً عن الشاي والقهوة ، يؤخذ زهورات المركبة من عروق الكرز وشرش الذرة .

لأزالة الحصى من الكلي .

يسحق حجر بني اسرائيل عدد ٢ وينخل بواسطة الشاش ويضاف اليه سكر نبات مسحوق بقدر النصف ، يعبأ في برشانات ثمرة ١ ، تؤخذ صباحا بعد الأكل بساعتين وبعده يعمل مغطس حمام ماء ساخن لمدة ٤٥ دقيقة وبعد الحمام يسير ربع ساعة مشيا عاديا وعند الانتهاء من اخذ البرشانات ، يجري فحص البول للتأكد من نزول الحصى يعمل بهذه الطريقة لمدة اربعة ايام .

علاج لأزالة الرمل

اولا يؤخذ مقدار فنجان قهوة من عصير الفجل ولمدة ستة ايام وبعد نصف ساعة يؤخذ مغلي بذر الخلة مقدار ملعقة صغيرة مع قليلا من شرش الذرة وذلك لمدة ثلاثة ايام وكل يوم يعمل علاج جديد .

علاج لأزالة الرمل ايضا

يسحق ١٠٠ غرام مسكي وتوضع داخل شاشة وتربط جيدا وتغلى في لتر ونصف من الماء حتى تصبح ليتراً واحداً .
يؤخذ في اليوم فنجان قهوة صباحا ومساء حتى ينتهي العلاج ثم يفحص البول في المختبر ليتأكد من نزول الرمل .

علاج آخر لرمل الكلى

يغلى مقدار فنجان قهوة من البعدرون اي (بذر البصل) في اربعة اكواب من الماء على النار حتى يصبح كوبين .
يؤخذ فاتراً صباحا ومساء فنجان قهوة يومياً لمدة ثلاثة ايام ثم يفحص بواسطة الشاش الناعم للتأكد من ظهور الرمال .

علاج لأزالة الحصى والرمل من الكلى

تسحق ٥٠ غراماً بذر البقدونس و ٥٠ غراماً بذر الكرفس و ٥٠ غراماً بذر الشمار

و ٢٥ غراماً بذر الفجل و ١٠ غرامات بذركتان وتمزج مزجاً جيداً .

يحضر من هذا المسحوق ملعقة صغيرة ويضاف اليها قليلاً من شرش المرة وتوضع في كوب ونصف من الماء وتغلى على النار كالشاي .

تؤخذ بعد الأكل بساعة ثلاث مرات يوميا لمدة اسبوع وكل يوم يعمل مقدار جديد .

يجب التوقف لمدة اسبوع للاستراحة ثم يبدأ بأخذ الباقي لاسبوع آخر .

لعلاج الرمل في الكلى

يسحق حجر سي اسرائيل مقدار ملعقة واحدة وتمزج مع نصف كوب من شراب الليمون .

تؤخذ على الريق يوميا لمدة ثلاثة ايام

لعلاج الرمل والحصى ايضا

يسحق نصف كيلو شعير و ١٠٠ غرام بذر مقتي و ٢٥ غراماً بذر خيار وتضاف الى ٢٥ كوب من الماء وتغلى على النار .

يؤخذ اربع فناجين قهوة باليوم لمدة عشرة ايام .

علاج لازالة الحصى والرمل

اولاً يسحق مقدار قبضة من العدس او نخالة او طحين قمح عادي ويضاف الى ربطتين من البقدونس ويغلى في لتر من الماء على النار حتى يصبح كالعجين .

يوضع هذا المعجون بين شاشتين وتلصق فوق الحوالب وتربط اربع وعشرين ساعة .

يعمل بهذا العلاج لمدة ستة ايام وكل يوم معجون جديد .



● اضافة الى ذلك يؤخذ مغلي البقدونس شراباً عوضاً عن الماء ولمدة ستة ايام
ايضا حيث تزول الرمال والبحص وللتأكد من ذلك يفحص البول في المختبر .

علاج لحصر البول وازالة الرمل

يغلي مقدار من شرش الخزنبول في لتر ماء ويصفى يؤخذ كل ساعة فنجان
قهوة ، حتى ينتهي هذا المغلي .

يزيل الرمل وحصر البول حالاً ويرتاح المريض .

لأزالة الأملاح من البول يضاف ثلاث نقط من اليود الى كباية زهورات تؤخذ
على الريق يومياً لمدة اثني عشر يوماً .

يعمل كل يوم علاج جديد .

لمنع سقوط شعر الرأس

يتمزج مقدار فنجان من زيت الخروع مع مقدار فنجان قهوة من السبيرتو ابيض
ومقدار فنجان قهوة من خل العنب ليصبح المزيج مرهما .

يدهن به شعر الرأس في الاسبوع مرتين .

لمنع سقوط الشعر ايضا

تغلي حشيشة الكزبرة نوع (البير) في لتر ونصف من الماء وتصفى لتصبح
لتر ويغسل الرأس بها كل يوم مرتين ويعمل بهذا المقدار لمدة عشرة ايام .

مستحضر السبراي لتجميد الشعر

تسحق ملعقة كبيرة قلفونة وتمزج مع فنجان سبيرتو ابيض عيار ٩٥ يضاف
اليها نصف فنجان قهوة ماءً ساخناً قطرة قطرة وتمزج جيداً مع اضافة ريحة طيبة
« اسانس » ٣ غرامات لتعطي رائحة طيبة وتوضع في بخانحة « سبراي » .

يبخ شعر الرأس من هذا السبراي ويمشط جيداً فيجمد الشعر ويصبح منسقاً
ولماعة .

علاج لمنع سقوط شعر الرأس

تغلي قفصة من ورق الربتون في قدر حتى حمراء ويغسل به الرأس مرتين بالاسبوع
ويمكن ان يغسل الرأس بعد ساعتين بماء فاتر مع الصابون الافرنجي .

علاج لمنع تساقط الشعر

تغلي كمية قفصة من حبشينة كريرة البير بالماء ، ثم تصفى ويغسل بهذا الماء
الرأس او أي محل مصاب بتساقط الشعر وذلك كل يوم مرتين لمدة اسبوع فيتوقف
تساقط الشعر ويشت الشعر من جديد بسرعة .

علاج لآلآت شعر الرأس

والجفون ووقف تساقطها

يغلي كمية من الخبيرة بماء ويغسل بهذا الماء المحل المصاب بسقوط الشعر مرتين
باليوم .

بعد مدة قصيرة يشت الشعر المتساقط

علاج لمنع تساقط الشعر

يغمس المشط في مول اشى الحمل ويمشط شعر الرأس يوماً بعد يوم جيداً ولمدة
عشرة ايام اولاً : في اليوم الاول يمشط الشعر وفي اليوم الثاني يعمل حمام للشعر بدون
تمشيطه بالبول المذكور اعلاه .

ان هذا العلاج يقوي الشعر ويبطل لامعاً ولا يعود يتساقط .

علاج لآلآت شعر العيون

والأهداب

تحمق كمية من عجوة تمر وتلقى ناعماً وتنخل وتكحل بها العيون ، فتزيد
اهدابها وينبت شعرها .

علاج لمرض الجرب

يحضر قشر بطيخ احمر بمقدار ٣٠٠ غرام ويجفف ويسحق ليصبح ناعماً يمزج في ٥٠ غراماً من الكاز حتى يصبح مرهماً .

يدهن المكان المصاب بهذا المرهم ويربط بقطعة من القماش حتى الصباح كل يوم مرة واحدة لمدة ستة ايام .

وبعده يدهن بفازلين ابيض بعد اضافة ١٥ غراماً من البوريك اليه .

علاج آخر للجرب

يضاف ٣٠٠ غرام سماق ناعم الى لتر من الماء ويغلى على النار وبعد الغلي يضاف اليه مقدار ملعقة كبيرة من سم الغار اصفر او ابيض ويغلى مرة اخرى على النار حتى يصبح مرهماً .

يدهن المكان المصاب بهذا المرهم ويربط بقطعة قماش كل يوم عند المساء لمدة اربعة ايام .

علاج لازالة التآليل

يحضر مقدار فنجان قهوة من البصل الناعم ويمزج في ملعقة كبيرة من الملح الناعم حتى تصبح مرهماً .

توضع على التآليل وتلف برباط من القماش .
يعمل بها يوميا لمدة خمسة ايام .

لازالة القروح

يمزج ١٥ غراماً فازلين اصفر و ٦ غرامات بوريك و غرام واحد بودوفورم له ريحه ام طولماتور اصفر حتى تصبح كالمرهم .

تدهن بها القروح وتلف بقطعة من القماش حتى المساء وتدهن القروح كل يوم مساء لمدة ستة ايام .

علاج للبهاق

تدق بصلة وتوضع في شاشة وتعصر فيؤخذ ماؤها ويضاف الى هذا الماء كمية مساوية من الخل ويدهن المحل المصاب ست مرات باليوم لمدة طويلة حتى يشفى المصاب .

لازالة حكة الجسم

تمزج ٥ غرامات كبريت عامودي مع ٣٠ غراماً فازلين ابيض و ٣ غرامات استفينيك حتى تصبح كالمرهم .

يدهن بها الجسم في مكان دافئ تحت الشمس او امام الدفاية في الشتاء لمدة ساعة في اليوم مرة واحدة .

يدهن الجسم لمدة خمسة ايام .

لازالة الجرب والحكة

يسحق ١٠ غرامات كبريت عامودي مع ١٠ غرامات كبريت جمل و ١٠ غرامات زيزفون احمر ، و ١٠ غرامات خردل و ١٠ غرامات عجوة مشمش و ١٠ غرامات صبرا شقرا وعدد ١ كاف هندي تسحق جيداً وتضاف الى ٢٥ غراماً دهن الخروف و ٥٠ غراماً قطران تمزج مع بعضها وتوضع على نار خفيفة حتى تصبح مرهما .

يدهن الجسم المصاب بالجرب والحكة عند المساء ويفسل عند الصباح كل يوم مرة واحدة لمدة عشرة ايام .

لازالة الحكة ايضا

يمزج ١٠ نقط استفينيك و ١٠ غرامات كبريت عاموي و ١٠ غرامات زهر التوتياء و ٦ غرامات اكلول اسود و غرام واحد يودوفورم وفتجان قهوة زيت حلو تمزج جميعها مزجاً جيداً حتى تصبح كالمرهم .

اولاً يغسل الجسم بالاسيرنو الأبيض بواسطة المعطر ثم يدهن الجسم بالمرهم
لمدة عشرة ايام كل يوم مرة واحدة .

علاج لازالة الحكة من الجسم

يمزج ١٢ غراماً ملح الرصاص مع ١٢ غراماً سبداح ناعم و ٣ غرامات ملح
اسفنج وتسحق جيداً لتصبح ناعمة وتضاف الى فجان ونصف فهوة من ريت
الزيتون حتى تصبح كالمرهم منع اضافة ١٢ غراماً كريت الحمل والمزج جميعها مرحاً
جيداً .

يدهن الجسم بهذا المرهم مرتين في اليوم لمدة اسبوع صباحا ومساء .

يؤخذ بجانب هذا المرهم قدر حمصة صرا شفا سفا وذلك بعد وضعها في
ورقة سيكاره ويؤخذ وراءها قليل من الماء ليسهل بلعها وذلك بعد العشاء بساعة
يومياً مرة واحدة .

علاج آخر للحكة العامة

يغلي ١٠٠ غرام سيرح او ريت الزيتون مع ٥٠ غراماً شمع عسلي و ٥٠ غراماً
شمع ابيض حتى تصح كالمرهم ترفع عن النار ومنى اصححت فائرة يضاف اليها ١٢
غراماً مدرسك ذهبي و ٦ غرامات سرور أي (رثيق احمر) وتمزج جيداً .

يدهن الجسم مرتين باليوم لمدة سنة ايام كما يؤخذ بحاشها سفا صرا شفا كل
يوم مرة واحدة كمية حمصة لمدة عشرة ايام .

يوصف هذا العلاج للرجال والنساء على السواء .

علاج آخر للحكة

يغلي ٣ غرامات ملح اسفنج في ٢٠٠ غرام من الماء يؤخذ فجان فهوة يومياً
مرتين صباحا ومساء لمدة ستة ايام .

علاج آخر للحكة

نسخ ٦ غرامات شبة ررقاء و ٢٠ غراماً كبريت عامودي و ١٥ غراماً نشادر
ونمزج جيداً مع ١٠٠ غرام من السمنة المصرية لتصبح كالمرهم
يدهن الجسم به كل يوم مرة واحدة لمدة ستة ايام

علاج آخر للحكة

نسخ ٢٠ غراماً كبريت عامودي و ١٢ غراماً ملح الطعام و ٥ غرامات ملح
الليمون حتى تصبح ناعمة ونمزج في نصف كوب من الماء .
يدهن الجسم ذلكاً جيداً مرتين في اليوم صباحاً ومساءً لمدة اسبوع .

علاج للقرع

اولاً تمسح الحبوب الطاهرة بين شعر الرأس بقطعة من القماش مغموسة بالكافور
حتى تصبح الحبوب لينة . ثم يوضع ٢٠٠ غرام نحالة في كيس من القماش ويغسل
بعجيرة وينزل في نكة من الماء وتغلى على النار بعد عليها الى ان تصبح نصفها يرفع
الكيس من الماء وتفرك الحبوب بهذا الكيس حتى تزيل قشورها من الرأس ثم يغسل
الرأس بماء النحالة ويشطف جيداً بواسطة المنديل

ثم يمزج ٣ غرامات ملح الرصاص و ٦ غرامات ماء الورد بضاف اليها ٥٠
غراماً مدرسك ذهبي و ٢٥ غراماً مدرسك فضي و ١٥٠ غرام زهر التوتياء و ٢٠٠ غرام
زيت سيرج ونمزج من جديد لمدة ربع ساعة ثم يمزج معها ٣ غرامات سرور وملعقة
كبيرة حل العنب وملعقة كبيرة زيت الزيتون لتصبح مرهما .

يدهن الرأس والحبوب جيداً كل يوم مرتين بهذا المرهم ويربط بقطعة من
القماش وكل دهنة يجب تحريك المرهم حتى يمتزج جيداً .

يجب عدم غسل الرأس بالماء لمدة خمسة ايام وفي اليوم السادس يدهن الرأس
بزيت الزيتون و يلف بقطعة من القماش حتى لا يتوسخ الفراش وفي الصباح يغسل

أمر من بماء النخالة المغلي .

يجب متابعة هذا العلاج مرة ثانية .

علاج للتعبية

يغلى على النار ٥٠ غراماً صبراً شقراً في كوبين من الماء وتحرك جيداً وبعد أن تصبح فاترة تعباً في قنيتين وتسد بأحكام .

. أولاً يضاف إلى إحدى القنيتين ثلاثة أرباع قدح من ماء الورد .

ثانياً يضاف إلى القينة الثانية نصف غرام ملح التوتياء وتحرك جيداً .

يؤخذ شراً من القينة الأولى نصف فنجان قهوة صباحاً ومساءً حتى ينتهي العلاج .

ومن القينة الثانية يعمل حقنة صغيرة بالقضيب مقدار نصف فنجان قهوة يوماً صباحاً ومساءً حتى ينتهي العلاج عندها يزول الاحتراق والبثور الناتجة عن التعبية .

علاج للتعبية

يضاف ٦ غرامات من الخور المسحوق في كوب من الماء وتغلى على النار .

وعندما تفتقر يؤخذ منها كل يوم فنجان قهوة بعد الأكل يعمل بهذا العلاج لمدة شهر حتى تزول الأعراض .

علاج آخر للتعبية

يضاف ١٥ غرام صبراً شقراً إلى كوبين من ماء الورد وتغلى على النار حتى

تصبح كوباً واحدة يعمل به حقنة في القضيب لمدة ثلاثة أيام كل يوم ثلث الكمية وذلك مساءً بعد العشاء .

ويسف كل يوم صباحاً ومساءً ملعقة صغيرة بخور ابيض كذلك لمدة ثلاثة أيام بحانب الحقنة .

للتعقية ايضا

تسحق عشر قطع كتر هندي ويضاف اليها ٨٠ غرام حصر و بان وتوضع في لتر من الماء المغلي على النار .

يؤخذ كل يوم ثلاث مرات بعد الطعام مقدار نصف فنجان قهوة لمدة ١٢ يوما .

علاج لحرقة التبول

يمزج ١٥ غراماً بذر فجل مع ١٠ غرامات بذر بقدونس و ١٠ غرامات بذر الخلة وتسحق لتصبح ناعمة .

تغلى على النار في كوب ونصف من الماء .

يؤخذ مرتين في اليوم مقدار ملعقة صغيرة صباحاً ومساءً لمدة عشرة ايام .

علاج حرقة البول الناتجة عن التعقية

يضاف غرامان من ملح الاسفنج الى ٣٠٠ غرام من الماء ويغلى على النار .

يؤخذ يومياً بعد الاكل فنجان قهوة ثلاث مرات ولمدة ستة ايام .

علاوة على ذلك يمس قدر ٤ حصص بخور اصفر (لبان ذكر) كل يوم وفي فترات متفاوتة .

علاج للزهري

تظهر حبوب ناعمة فوق القضيب لونها حمراء وبيضاء ومهما صفراء تعالج بالطريقة التالية :

اولا تسحق قطعتان كتر هندي وتنخل بالشاشة .

ثانيا يدهن القضيب بزيت الخروع بدرجة خفيفة ثم يرش المسحوق على

انصبب ويربط بشاشة حتى يصبح لمدة اربعة ايام كل يوم مرة واحدة .

يخمر حذر ابيض والبصل والثوم لمدة عشرة ايام كذلك السمك .

للتعقبة ايضا

يعنى ١٥ غراماً من ماء و ٧٥ غراماً من الشمر المعلق ثم يضاف اليه ٢٠ غراماً استيوريك .

يعمل حقة بالنصب ثلاث مرات يومياً لمدة عشرة ايام .

لعلاج الحكمة في الاعضاء التناسلية

يسحق هو ، حوي ، وبيع من الشروش ، مقدار ١٠ غرامات مع ١٠ غرامات من الحور الابيض وتمرر جيداً ونوضع في شاشة وتربط جيداً وتوضع في ١٠٠ غرام من زيت السرج وتعنى على النار ويعدده تصفى الشاشة من الزيت .

والزيت الحاصل يضاف اليه ١٥ غراماً شمع عسل و ١٠ غرامات شمع ابيض وتذوب مرة ثالثة على النار حتى تصبح مرهماً

يدهن به الاعضاء التناسلية يومياً عند النساء لمدة اربعة ايام .

علاج للاكزيما في الاجفان وسقوط شعر الاجفان

تفرم بعضة كبيرة وتغلى بفجابين فهوة زيت زيتون حتى تصبح البصلة مثل الفحم ، ثم تصفى ويدهن المحل المصاب مرتين باليوم لمدة خمسة عشر يوماً .

عندها ينبت الشعر وتشفى الاكزيما من العيون كما ان هذا الزيت ينفع ويشفى الحبوب التي تظهر في الجسم .

للاكزيما ايضاً

تسحق ٥ غرامات هندي شعيري و ٤ غرامات قلفونة وتمرر مع ٤٠ غرام من زيت السرج .

يدهن المحل المصاب بعد ربطه بقطعة قماش كل يوم مساء لمدة ١٢ يوماً .

للاكزيما ايضاً

يمزج فنجان قهوة عدد ٢ من القطران مع فنجان قهوة روح الخل ، يدهن المكان المصاب ويلف بقطعة قماش كل يوم مساءً لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج للاكزيما « شراب »

يسحق ١٠ غرامات نشارة مرة و ٦ حبات هليلج و ١٠ غرامات خشب كينا و ١٠ غرامات راوند و ١٠ غرامات زهر بلاسك و ٥ غرامات زهر الكبريت و ٥ غرامات شهار و ٥ غرامات يانسون .

وتمزج مع ثلاث لترات من الماء وتغلى على النار حتى تصير لبترين .
يؤخذ كل يوم نصف فنجان قهوة فاتراً ثلاث مرات لمدة عشرين يوماً يؤخذ
اول يوم ويوضع الباقي في قناني في البراد .

للاكزيما المزمنة « مرهم »

يسحق مقدار فنجان قهوة صدف السمك وتمزج مع ٥ غرامات من ماء الفضة
(ماء كذاب) و ٢٥ غرام فازلين اصفر حتى تصبح مرهما .
يدهن الموضع المصاب صباحاً ومساءً يومياً لمدة عشرة ايام .

للاكزيما ايضاً

يمزج ١٥ غراماً فازلين اصفر و ٩ غرامات بوريك ناعم و ٦ غرامات مرهم
زئبق لتصبح مرهما .

يدهن المكان المصاب ويلف بقطعة من القماش كل يوم مساءً لمدة خمسة ايام .

علاج للاكزيما

يمزج ١٠ غرامات كافور مع ٥٠ غراماً سبيرتو ابيض يدهن المحل المصاب كل

يوم مرتين ولمدة عشرة ايام .

يفيد هذا الدهان في معالجة الجرب والحكة ايضا .

علاج للاكزيما المزمنة

يضاف قليلاً من الماء الى ١٠٠ غرام من الزرنيخ ليصبح كاللبن .

اولا يدهن المحل المصاب ويمسح الدهن منه بعد ساعة ويعمل بهذا الدهان

يوماً بعد يوم .

ثانيا : يستعمل بعده العلاج التالي :

يغلى على النار ٥٠ غراماً زيت حلو و ٢٥ غراماً شمع عسلي و ١٢,٥ غراماً

سبيداج و ٦ غرامات هواجواني و ٥ غرامات سرور و ٥ غرامات مدرسنك دهني

وتحرك جيداً حتى تصبح كالمرهم وبعد ان يبرد هذا المرهم يضاف اليه ٦ غرامات

ملح الرصاص ويمزج مرة ثانية .

يدهن المحل المصاب بالاكزيما ويربط بالشاش يعمل بهذا العلاج يوماً بعد يوم

ولمدة عشرة ايام .

ملاحظة :

اذا شعر المصاب باحتراق شديد بعد دهنه بالزرنيخ لأول مرة وبعد مسحه

يدهن بزيت حلو ليخفف الألم والاحتراق .

علاج للرمد

تغلى قبضة من الخبيزة والختمية والورد الناشف في كباية من الماء حتى تصح

كالمعجون .

اولا : تغسل العيون بمغلي البابونج على شكل كمادات وتخفف جيداً ! ثم

توضع المعجونة بين شاشتين وتلصق على العيون حتى الصباح يعمل لمدة ثلاثة ايام

وكل يوم يستعمل مغلي جديد .

يؤخذ مسهل مرة واحدة خلال هذه الايام الثلاثة من اي نوع كان .

علاج التهاب العيون لتعرضها للأشعة الكهربائية والأكسجين

عند النوم توضع فوق العينين شريحتان من البطاطس النيئة وتلف بقطعة من
القماش حتى الصباح بزوال التهاب ولا حرق حلاً .

علاج الماء الأبيض في العيون

أولاً : يعصر النخل ويؤخذ منه مقدار ربع فحان من هذا العصير ويتمزج
مع نصف فحان عسل صافي ليصبح كالقطرة وتغسل العيون بمغلي البابونج والخبيزة
وتشطف ثم تنظف في العينين نقطة واحدة لكل عين مرتين باليوم صباحاً ومساءً يوم بعد
يوم لفترة خمسة أيام ثم تدهن الجفون بقليل من زيت الخروع لأزالة التهابات .

علاج آخر للماء الأبيض في العيون

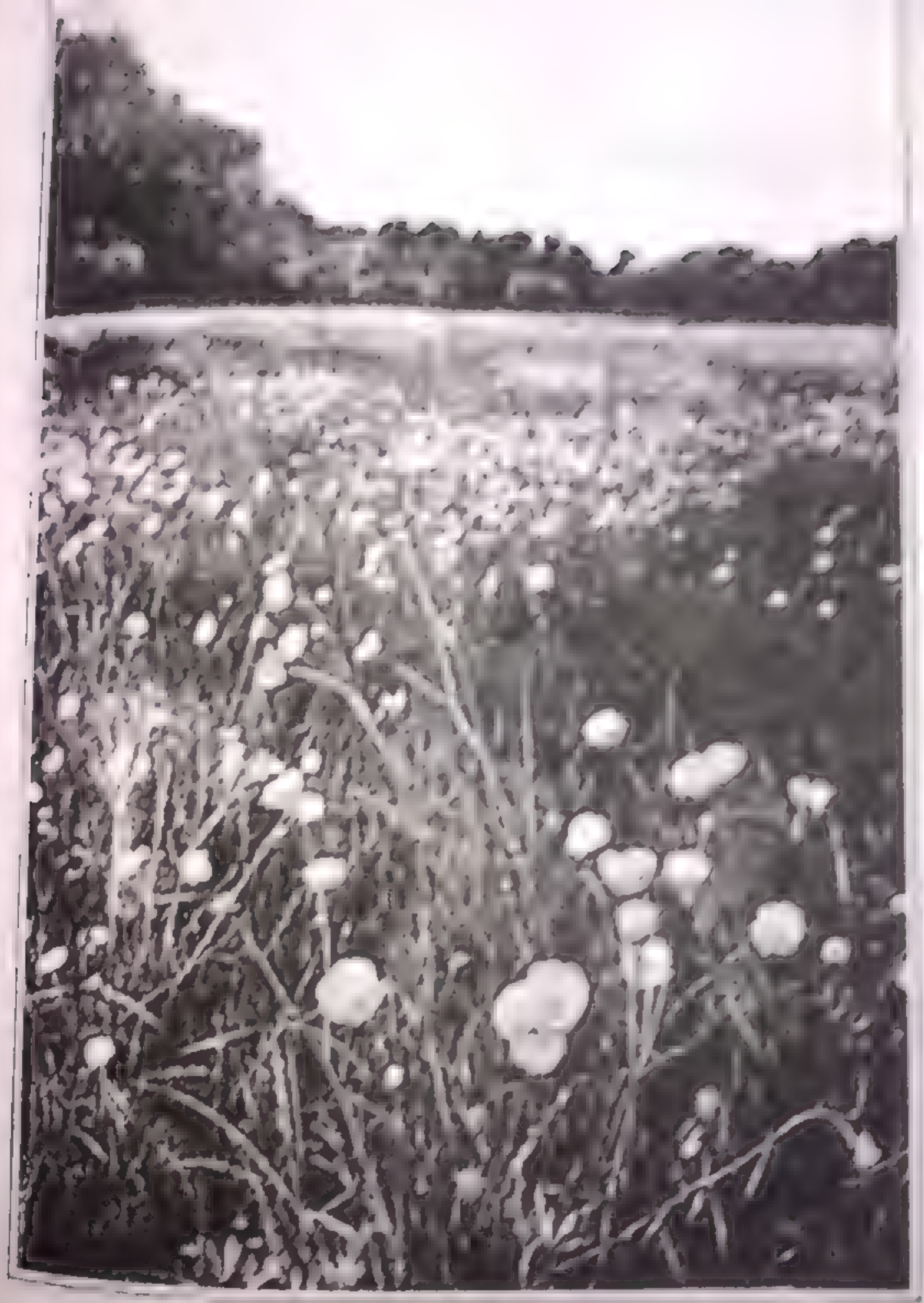
تغسل العيون بمغلي الخبيزة ثم يغلي فحان قهوة بابونج وبعد عليه نسكك
داخله ست نقط ليمون حامض .
تغمس قطعة من الشاش في هذا المغلي وتعمل عشر مرات كمادات شرط ان
تكون العيون مفتوحة ، كل يوم مرة واحدة يوم بعد يوم أربع مرات .
كذلك بعد عمل الكمادات تدهن الجفون بقليل من زيت الخروع .

علاج شحاذ العين

يغلي مقدار فنجان قهوة من الرز الناعم في فجانين قهوة من الماء ليصبح
عجينة .
يوضع بين شاشتين فوق العين وهي فاترة كل ساعتين يعمل لزقة خلال
يومين .

علاج الماء الأزرق في العيون

تظهر غمامة سوداء على العيون . أولاً : صباحاً وقبل شروق الشمس تمسح



العيون بالعسل من الداخل .

ثانيا : يغلى ٢٠ غراماً ورق ليمون حلو احضر على النار في ست لترات من الماء ليصبح اربع لترات .

يؤخذ يومياً ثلاث كبايات بعد الاكل بساعة حتى ينتهي المعلى وتروى الفحامة من العيون .

تورم اليدين والرجلين

يسحق ٥٠ غراماً رنجيل ومخلط مع ١٥٠ غراماً من العسل يؤخذ ملعقة صغيرة يومياً مرتين صباحاً ومساءً بعد الاكل بساعة لمدة شهر

علاج للقشب في الايدي

يؤخذ فحان كليسرير ، وفحان حليب ، وفحان كولوبيا او فحان سيرتو ابيض ، تمزج جيداً وتترك بها الايدي مرتين باليوم .

تشقق الأيادي والأرجل وبين الاصابع

يسحق ٥٠ غراماً مدرسك ذهبي و ٢٥ غراماً مدرسك قصي وتمزج في نصف فنجان قهوة من زيت الزيتون ونصف فنجان قهوة سيرج ونصف فنجان قهوة حل العنب حتى تصبح مرهما .

تدهن الشقوق وتربط بقطعة قماش حتى الصباح لمدة ستة ايام .

علاج لنزع المسامير من اصابع الرجلين

يقطع البصل ويسخن على النار تسخيناً جافاً ويمزج في مسحوق بذر الكتان ويسحق جيداً ليصبح كالمرهم .

اولا تدهن المسامير بزيت الخروع ثم يوضع عليها المرهم وتلف حتى الصباح .

تكرر هذه العملية لمدة اسبوع حتى تقتلع المسامير من جذورها وتشفى
الأرجل .

تأخر المشي عند الاطفال

تغلي قصعة من ورق السداب اي « الفيجم » في فنجان شاي من زيت
الزيتون حتى تحترق وتنصح فحماً ثم يصفى الزيت وتفرك به اليدان والرجلان مرتين
في اليوم لمدة عشرة ايام فركاً جيداً من اسفل الى اعلى .

لعلاج الام المفاصل والركبة والأرجل

يمزج ٥٠ غرام من الفولسحاح و ٥٠ غراماً من الزنجبيل و ٥ غرامات بزر تنافل
وتغلي على النار في ليتر ونصف من الماء ، وتنصفى ويدهن بها الجسم من الأسفل الى
الأعلى .

لآلام الأقدام

تدلك الأقدام بربت الخروج مساءً قبل النوم وبعده وتلبس الجوارب وينام
فيها حتى الصباح .
يعمل بهذه الطريقة مرتين في الاسبوع .

لآلام الأقدام

اولاً يحضر فحان قهوة من عصير الفجل ويؤخذ صباحاً على الريق .
ثانياً يمزج قليل من شرش الذرة مع ملعقة من بذر الخلة وتغلي على النار في
كوب ونصف من الماء ، تؤخذ بعد عصير الفجل لمدة خمسة ايام .

طريقة صنع « الدقة »

بهارات حلبية

يمزج ٥٠٠ غرام فلفل اسود و ٧٥٠ غراماً بهار حلو و ١٠٠ غرام قرفة ناعمة و ٥٠

عمر ما فرط من رده و ١٠٠٠ غرام حورية الطيب

شرح جميعه وتسحق وتغصن وتعد في موطر وتترش على الاكل عند النوم .

تستعمل في الطبخ وتترش على مذي من نسجوه وعلى البيض لتعطي نكهة
شبهه ولذيذة ولذا دعت « دقة » حلية .

سفوف الاصول : للاوجاع العامة :

هذه الوصفة تنفع جميع حالات ولها تدعى بسفوف الاصول واليك طريقة
صنعها واستعملها :

يسحق ٥٠ غرام اروم و ٥٠ غرام سمكي و ٧٥ غراماً سكر نبات و ٥٠ غراماً
شمر و ٥٠ غراماً ياسور و ٥٠ غراماً زهر الكبريت و ٥٠ غراماً صوس تسحق سحقاً
جيداً وتمزج مع بعضها .

اولاً : يصف مقدار ملعقة فهوة صالحاً على الريق وبعد ثلاث ساعات يتناول
الطعمه وقبل النوم مائة يؤخذ مقدار ملعقة صغيرة وبعد العشاء بساعتين .

علاج ضد التدخين

اولاً : غسل بطنية حره اثون ماء والصابون ثم تشف بفوطة وتقطع الى
نصفين ويبرع قلب احد النصفين حتى يبل قشرها :

يوضع داخل النصف نحو ٤٠٠ غرام من العسل الصافي وتدخل في الفرن
بدرجة مئوية ١٥٠ لمدة عشرين دقيقة . ثم تسحب من الفرن حتى تبرد وتوضع في
البراد .

يؤخذ منها على الريق يومياً ملعقة كبيرة لمدة اسبوع بعدها يشعر بكرة الدخان
حيث يرتاح جسم الانسان ولا يعود الى التدخين .

نصائح للذين يرغبون بالتخلص من التدخين

اذا كنت تدخن يومياً ٢٠ سيكارة اندا بشرب الدخان اول يوم ١٩ سيكارة وثاني

يوم ١٨ سيكارة وهلم جرا حتى تنتهي في اليوم العشرين ان تشرب سيكارة واحدة في اليوم .

وعندما تنتهي عليك بمضغ (المسكة) مقدار علكة واحدة مضافا اليها قليلا من شمع العسل لمدة ثلاثة ايام .

ثم ابدأ بمضغ علكة شامية لتجلب لك رائحة عطرة بفمك كالعنبر وتزول رائحة الدخان من فمك نهائيا .

اذا اردت ان تتسلى عوض الدخان استعمل النقولات التالية للتسلية ولتجلب لك الصحة والعافية :

٥٠ غرام فستق حلبي و ٥٠ غرام لوز و ٢٠٠ غرام (اشلميش) ربيب بدون بزر و ٢٥ غرام صنوبر و ٢٥ غرام جوز قلب و ٢٥ غرام قضامي صفراء بدون ملح ، خذ بين فترة واخرى قسما من هذه النقولات لكي تنسى الدخان نهائيا .

شراب يقدم بالافراح

طريقة صنعه

اولا : يبرش جوزة الهند عدد ١ ويضاف اليها ٥ غرامات كاد هدي و ٥٠ غراما سكر ناعم وتسحق جيدا لتصبح ناعمة وتمزج في ٥٠٠ غرام من النبيذ الاحمر و ١٥٠ غرام من العرق .

تعبأ في مرطبان وتسد باحكام لمدة يومين وبعده يضاف اليه ايضا ٤٠٠ غرام نبيذ احمر ويسد ايضا لمدة ثلاثة ايام ثم يصفى بواسطة الشاش وبعأ المصفى في قينة ويختتم عليه .

اذا اردنا تقديمه بالافراح يضاف فنجانين من هذا المستحضر في قينة من النبيذ الاحمر الحلو يعطي طعما لذيذاً .

يؤخذ يوميا مرتين مقدار نصف فنجان قهوة على الريق صباحا وقبل العشاء مساءً لمدة اثنا عشر يوما للذين يشكون سوء الهضم .

اما الذين يشكون من ضيق التنفس : يؤخذ نصف فنجان قهوة مرتين في

اليوم صباحاً على الريق ومساءً قبل العشاء لمدة ١٢ يوماً ثم يستراح ١٢ يوماً ويؤخذ
ايضاً ١٢ يوماً آخر .

كيف تكتشف نوع الجنين؟؟

هذه العملية الحسابية تفيدك لمعرفة نوع الجنين في بطن الحامل وقد جربت
مرارا وقد كان الجواب بالاجاب واليك الطريقة :

اولا : تجمع عدد احرف اسم المرأة الحامل مع عدد احرف اسم والددة المرأة
الحامل مع عدد ايام الشهر الذي به تم الحمل مع عدد ايام الشهر الذي سوف تلد به
المرأة .

حاصل جمع هذه الاعداد اذا كان بالمفرد سوف تلد المرأة ولداً ذكراً .

واذا كان حاصل هذه الاعداد مزدوجاً فيكون المولود القادم انثى .

مثال على ذلك :

اسم الحامل : سعاد مؤلفة من ٤ احرف

اسم والددة الحامل : نجوى مؤلفة من ٤ احرف

الشهر الذي تم فيه الحمل لنفترض انه كانون الثاني وعدد ايامه ٣١

الشهر الذي سوف تلد فيه المرأة سوف يكون شهر ايلول ٣٠

نجمع $4 + 4 + 31 + 30 = 69$

فيكون الوليد القادم ذكراً .

الجنين حسب الطلب

لنفترض انك انجبت ولداً ذكراً في شهر كانون الثاني واذا اردت انجاب ولد

ذكر بعده اتبع النصائح التالية :

الاتصال الجنسي يجب ان يكون في الاشهر التالية :

اذار ، ايار ، تموز ، ايلول ، تشرين الثاني ، كانون الثاني

وان تمتنع من القيام بالعمل الجنسي في الاشهر التالية :

شباط ، نيسان ، حزيران ، اب ، تشرين الاول ، كانون الاول . اما اذا اردت انجاب طفلة انثى عليك القيام بالاتصال الجنسي في الاشهر التالية :

شباط ، نيسان ، حزيران ، اب ، تشرين الاول ، كانون الاول .

علاج للضعف العام

يسخن مقدار ملعقة كبيرة من الزبدة مع مقدار ملعقتين من العسل ثم يضاف اليهما مقدار ملعقتين من الحلبة الناعمة وتمزج جيداً ويضاف اليها ايضاً كيلو لى حال كونها على النار وبعد ان تحرك جيداً يضاف ايضاً اليها كوبان من الماء وملعقة كبيرة من السكر وتمزج مرة ثانية جيداً وبعد ان تنزل عن النار وتنصح فترة نعا في مرطبان وتوضع في البراد .

اولاً ينخفض المرطبان ويؤخذ منه كل يوم بعد الأكل مقدار فحان قهوة ثلاث مرات حتى ينتهي هذا العلاج يعمل هذا المستحضر مرة ثانية .

للشلل

يغلى مقدار ١٥ غراماً صندل مع ٥٠ غراماً سمن بقري و٤ غرامات هوا حداني حتى تصبح كالمرهم .

اولاً يجب عمل حمام ماء ساخن ومن ثم يدهن الجسم بهذا المرهم وذلك في مكان دافئ ويعرض الجسم لاشعة الشمس ويجوز استعمال هذا المرهم في الصيف والشتاء .

تكرر هذه العملية لمدة خمسة عشر يوماً وكل يوم يعمل بمرهم جديد .

لانهطاط الجسم

اولاً يسحق ٥٠ غراماً كبريت عامودي و٧٥ غراماً سكر نبات و٥٠ غراماً كثيرة

٢٥٠ درهم صمغ عربي و ٥٠٠ درهم ما ملع الطحيط و يخرج مع بعضها مراحا جيدا
في حديد من السحوق يوم بلعده صعد بعد الطحيط و منعقه الحرق بعد
هذه ساعة لمدة عشرة ايام

ثم بعد ذلك من هذا العلاج يؤخذ صفوف الاصول لمدة اسبوع ، ثم
في الاسبوع لمدة اسبوع آخر ، وبعده في حديد من العلاج الاول لمدة عشرة ايام
اخرى ثم يستريح خمسة عشر يوما اخرى .

في حديد في حديد ، الاول لمدة يوم واحد ، يستريح ثلاثة ايام ، يأخذ صفوف
الاصول ، حديد ، يستريح ثلاثة ايام اخرى ، ثم يأخذ الدواء الاول ليوم
استريح مائة و ستين مع ان يصف الحديد من

في حديد في حديد ، يستريح في الطحيط ، لا يصف

نسخة الحسم بقسورة معتدلة

سحر و لا في السحر حديد في حديد ، و يصف اليها
بعض من حديد في حديد ، و حديد في حديد ، و يصف في
الحديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد

في حديد في حديد

في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد

...

علاج الارطقاء في

البدن والرحل

سحر ١٥ حراماً من حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد

بعض من حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد

ثم سحر ١٥٠ حراماً من حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد

و حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد في حديد

والرحلين . بمرصهما للشمس لمدة نصف ساعة أو يجلس امام المدفأة ثم يعمل حماماً عادياً .

يعمل بهذا العلاج كل يومين مرة واحدة على اربع مرات .

علاج لتعب الجسم بعد العمل

يمزج قليلاً من الخل مع مقدار ملعقة وسطى في نصف فنجان قهوة من الماء الساخن .

اولاً يدهن الجسم ذلكاً بهذا المزيج ، وبعد ان يجف على الجسم يؤخذ حمام ساخن بصابون ريت عا (حلي) وبعد الحمام يدهن الجسم كلياً بالخل .

يؤخذ كطعام الفاصوليا الناشفة المطبوخة لتقوية العضلات وكشراب : الماء ممزوجاً بقليل من حل التفاح ومع كل وجبة طعام يؤخذ مقدار ملعقة عسل وقليل من التفاح .

يعمل بهذا العلاج مرتين في الاسبوع .

علاج للقالج

يؤتى بقنفذة وتوضع في وعاء فارغ وتوضع مرة ثانية في وعاء آخر مملوء الى النصف من الماء ويسد الوعاء الكبير مع جعل فتحة صغيرة يخرج منها البخار .

توضع الطنجرة (الوعاء) على النار أي على الغاز او بآبور الكاز حتى يغلي الماء عندها تموت القنفذة وتطبخ من شدة البخار ويرفع الوعاء عن النار ويصفى من القنفذ دهنها ليصبح مرهما يدهن به الجسم يومياً مرتين ولمدة خمسة عشر يوماً .

علاج للضعف الجنسي

يعصر مقدار من البصل ويصفى حتى يصبح ملء كوب واحد يضاف اليه ملء ست اكواب من العسل الصافي ، يؤخذ من هذا المزيج ملعقة شاي يومياً صباحاً ومساءً لمدة شهر .

علاج آخر للضعف الجنسي

بسحق ١٠ غرامات من شرش الزلوع الذكر ، ويضاف الى كوب ونصف من ماء ويغلى على النار ، ثم يضاف اليه ملعقتان صغيرتان من العسل ، يؤخذ صباحاً ومساءً يوماً بعد يوم بمقدار كوب واحد فقط لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج آخر للضعف الجنسي

بسحق ٢٠٠ غرام حزميل و ٢٠٠ غرام يانسون يسكب ملعقة صغيرة من هذا مزيج في كوب من الماء ويغلى على النار بدرجة الغليان ، تؤخذ صباحاً ومساءً كل يوم حتى ينتهي من هذا المزيج .

علاج آخر للضعف الجنسي

بسحق اصغدر من شرش الزلوع الذكر مع قطعتين من الزنجبيل ونصف حورية نطيط نسحق جميعها ونمزج مع ٢٠٠ غرام من العسل ، وتوضع على نار خفيفة ونجمع ونطرح عنها الرغوة ونوضع في مرطبان من الزجاج وتسد .
يؤخذ ملعقة صغيرة في الصباح واخرى في المساء بعد الاكل بساعة .

علاج آخر للضعف الجنسي

يدوب غرامان من دهن العسر في فحان قهوة من الماء ويغلى الذائب على النار مع الزهورات ، يؤخذ صباحاً ومساءً كل يوم بعد الاكل لمدة اربعة ايام .

علاج آخر

يؤخذ صباحاً على الرينق صفار بيضتين نيتتين لمدة ثلاثة ايام .

علاج آخر

يضاف الى فحان حليب بقري مقدار نصف ملعقة صغيرة من المسك

(مسكة) مطحونا ومقدار نصف ملعقة لوز مطحون ؛ ومقدار نصف ملعقة محلب
ناعم ، ومقدار نصف ملعقة سكر نبات مطحون مع عشر نقط كونياك .
تمزج جميعها مع بعضها ، تؤخذ على الريق كل يومين مرة واحدة لمدة ستة
ايام .

« معجون لقمان الحكيم » للمصابين بالعجز الجنسي والارتخاء

تطحن المقادير التالية وتمزج مع بعضها :

- ٥٠ غراماً زنجبيل
- ٥٠ غراماً قوينجان .
- ٧٥ غراماً قرفي .
- ٢٥ غراماً قرنفل .
- ٢٥ غراماً بذر تناقل .
- ١٠ غرامات بذر خردل .
- ١٥ غراماً عرق بنفسج .
- ٥ غرامات كاد هندي .
- ٢٠٠ غرام بخور ابيض ذكر .
- ١٠ غرامات عبر ماشف .
- ٥ غرامات مسك ابيض .
- ٣ غرامات رعفران .
- ٣ غرامات خروزة البقر .
- ١٠ غرامات دار الفل .



١٥ غرامات عود القزع ،

٢٥ غراماً حبة البركة

٢٥ غراماً امسول

٢٥ غراماً شهاب ،

١٥ غراماً كزبرة ،

١٠٠ غرام بندي ،

١٠٠ غراماً لوز .

٢٥٠ غراماً سمس حوى

١٠٠ غرام برش جوز الهند

• حبات حور الطيب

١٥ غرامات ليمون النصري

١٥ غرامات حلبة ،

١٥ غرامات صمغ عربي .

• غرامات كبريت عامودي

١٠٠ غرام شرش الزلوع مطحون .

٥٠ غراماً حرنبل .

١٥ غرامات بزر رشاد .

١٥ غرامات برر فحل .

١٥ غرامات بقدونس .

• غرامات عود الصليب

١٥ غرامات لسان المصفور .

١٠ غرامات بخور جوري .

١٥ غراما حب الهال .

٢٠ غراما مزدكي .

١٠٠ غرام فستق حلبي .

١٠٠ غرام صنوبر .

١٠٠ غرام اشلميش زبيب بدون بزر .

١٢٥٠ غراماً عسل صافي .

اولاً يسوح السمن بعد وضعه على نار خفيفة ويضاف اليه العسل ثم يمزج هذا الخليط بالمقادير المبينة اعلاه .

تغلى على النار ايضاً لمدة ربع ساعة بعد مزجها جيداً ثم ترفع عن النار لتصح فاترة وتعبأ في مرطبان نحصل من ذلك على معجونة وتدعى « معجون لقمان الحكيم » .

طريقة الاستعمال :

اولاً : في الشتاء يؤخذ من هذا المعجون ملعقة قهوة صغيرة بعد الاكل بساعة ثلاث مرات يومياً .

ثانياً : في الصيف يؤخذ من هذا المعجون ملعقتين في اليوم صباحاً ومساءً بعد الأكل بساعة .

هذه الوصفة تؤخذ في المناطق الساحلية .

أما في المناطق الجبلية والجافة :

يؤخذ ثلاث ملاعق قهوة صغيرة في اليوم بعد الاكل بساعة صيفاً وشتاءً .

يجب المثابرة على تناول هذا المعجون مدة خمسة عشر يوماً ومن ثم يجب الاستراحة لمدة خمسة عشر يوماً ايضاً .

إذا كان المرء يشعر بارتخاء فليثابر على اخذ هذا المعجون مرة أخرى لمدة خمسة عشر يوماً بعد ان يكون قد استراح في المرة الأولى وإذا انتهى من اخذ المعجون في المرة الأولى فليحضر مقادير بل معجونة أخرى ويستعملها في المدة الأخيرة .

يجب حفظ المعجون في البراد أو في محل ناشف حتى لا يتعرض للرطوبة والهواء وكلما تناول وجبة من هذا المعجون يسد المرطبان ويضعه في محله للحفظ ، لئلا يتعرض للتلف ويفقد طعمه .

علاج لالتهابات المهبل والرحم

أولاً : بمزح ١٠ غرامات كليسرين و ٣ غرامات اكنول اسود مزجاً جيداً .

ثانياً : نغمس قطعة من القطن في هذا المزيج حتى يمتص المستحضر وتعمل تحميله داخل المهبل لمدة ساعتين ثم تسحب قطعة القطن وترمى خارجاً .

تكرر هذه العملية لمدة ستة ايام يوم استراحة ويوم علاج .

علاج للحمل

يحمّص كيلو بذر خرنوب ليصبح اسود كالبن ويسحق حتى يصبح كالبودرة .

يؤخذ كل يوم مقدار ثلاثة فناجين منه بعد غليه كالشاي مع تحليته بالسكر .

يعمل بهذا العلاج لمدة شهر اذ ينظم العادة الشهرية ويفتح الرحم ليصبح قابلاً للحمل .

علاج للحمل

يؤخذ فنجان قهوة من حليب الحمار « الأنان » الطازج يومياً ثلاث مرات ولمدة خمسة ايام .

يفيد في فتح الرحم وتطهيره ويجعله قابلاً للحمل .

علاج آخر للحمل

يسحق مقدار نصف ملعقة صغيرة من الزعتر وينخل ثم يوضع في قطعة شاش وتربط بخيط طويل .

تعمل تحميلة وتوضع في الرحم لمدة ساعتين ثم تنزع وتوضع تحميلة اخرى بعد اسبوع وتنزع . وثالثة بعد خمسة عشر يوماً وترفع .

كذلك هذه التحاميل تطهر الرحم وتفتحه وتجعله قابلاً للحمل .

علاج لتقوية الميعاد لدى النساء

يؤخذ مقدار فنجان قهوة من مغلي حشيشة القنطريون مرتين كل يوم مرة صباحاً ومرة مساءً قبل الطعام . وللحصول على هذا المغلي .

يغلي عشرون عرق من حشيشة القنطريون في لترين من الماء حتى يصبح ليترأ واحداً ثم يصفى ويضاف اليه قدح خمر حلو ثم يعاد فيغلي مع الخمر مرة ثانية حتى يتبخر الخمر ويعود ليترأ واحداً، فيؤخذ منه فنجان قهوة صباحاً وفنجان مساءً قبل الطعام .

يجب التوقف عن اخذ هذا المغلي وقت الميعاد لكي لا يدر الطمث كثيراً .

كما يجب حفظ هذا المغلي في البراد لكي لا يفسد .

لوقف النزيف عند المرأة

تسحق ٥ غرامات دم الاصفين وتضاف الى كوب ونصف من ماء الورد وبعد مزجها تغلى على النار وتصفى حتى تصبح كوباً واحداً .

يؤخذ يومياً نصف فنجان قهوة من المزيج في الصباح والمساء لمدة ثلاثة ايام وفي اليوم الرابع يؤخذ مع الشاي قطعة صغيرة من غراء السمك (جيلاتين) بعد تذويبها او مع القهوة يومياً ثلاث مرات لمدة اسبوع

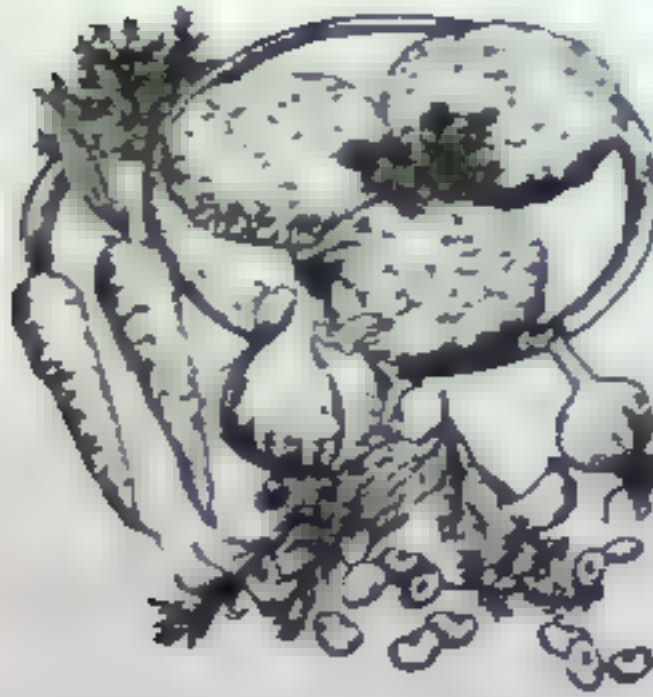
علاج لتنظيم العادة الشهرية

يسحق ١٥ غرام عبتران وينخل بشاشة ويضاف اليه ١٠٠ غرام عسل صافي ويمزج معه ايضا ١٢ غرام صوف جمل « وبر الجمل » مندوف حتى يصير عجينة .

يوضع مقدار نصف ملعقة صغيرة من هذه العجينة في شاشة وتربط بخيط طويل وتعمل تحميلة في بيت الرحم لمدة اربع ساعات تستعمل هذه التحميلة مرتين باليوم وكل تحميلة يجب ان تكون جديدة وتسحب بعد انتهاء الوقت وعند المساء يعمل تحميلة مجددا حتى الصباح .

يعمل تحميلات لمدة خمسة ايام .

هذه الطريقة يستفيد منها اللواتي يشكون من ضيق في الرحم عندها يفتح الرحم ويكون قابلاً للحمل . وعندما يتم الحمل يجب ان تنام المرأة على جنبها الايمن .



الفهرس

| | | |
|--------------------------|--------------------|----|
| (الفواكه) | الأهداء | ٥ |
| ٢٨ الجزر | المقدمة | ٩ |
| ٢٩ البندورة | مصادر الكتاب | ١١ |
| ٣٠ الخرشوف « أرضي شوكي » | ارشادات ونصائح | ١٥ |
| ٣١ الهليون | | |
| ٣١ الفجل | (الخضار) | |
| ٣٢ البصل | السفرجل | ١٧ |
| ٣٢ الثوم | التفاح | ١٨ |
| ٣٣ البقدونس | خل التفاح وعلاجه | ١٩ |
| ٣٤ السلق | التين | ٢١ |
| ٣٤ السبانخ | الكرز | ٢٢ |
| ٣٤ اليقطين | المشمش | ٢٢ |
| ٣٥ الخس | البرتقال | ٢٣ |
| ٣٥ الفول | الليمون | ٢٤ |
| ٣٦ البطاطا | العنب | ٢٥ |
| ٣٦ النعناع | الموز | ٢٥ |

| | | | |
|----|----------------|----|--------------|
| ٤٧ | القنطريون | ٣٦ | الكماة |
| ٤٧ | القطران | ٣٧ | الجرجير |
| ٤٨ | سحر القطران | ٣٧ | المتة |
| ٤٨ | الحلبة | ٣٨ | بذر الحلة |
| ٤٩ | البندق | ٣٨ | العناب |
| ٤٩ | الجوز | ٣٨ | الختيمة |
| ٥٠ | زيت الخروع | ٣٩ | الزيزفون |
| ٥١ | زيت الذرة | ٣٩ | السماق |
| ٥١ | الشوفان | ٤٠ | الهندي شعيري |
| ٥٢ | الحمص | ٤٠ | التمر الهندي |
| ٥٢ | الرز | ٤١ | العرقسوس |
| ٥٣ | القمح | ٤٢ | الزعرور |
| ٥٤ | البرغل | ٤٢ | الكمون |
| ٥٤ | الشعير | ٤٢ | الزعر |
| ٥٥ | العسل | ٤٣ | اليانسون |
| ٥٦ | الحليب | ٤٣ | العبيتران |
| ٥٦ | اللبن | ٤٣ | الشمرة |
| ٥٦ | الجبن | ٤٤ | اوراق الغار |
| ٥٧ | الزبدة | ٤٤ | كبش القرنفل |
| ٥٨ | الزيت | ٤٥ | الخردل |
| ٥٩ | اللحوم | ٤٥ | البابونج |
| ٥٩ | المقاد | ٤٥ | البنفسج |
| ٥٩ | السك | ٤٦ | الخبيزة |
| ٦٠ | الدجاج والطيور | ٤٦ | حشيشة القطه |
| ٦١ | البيض | ٤٦ | المحلب |
| ٦٢ | الفيتامينات | ٤٧ | العفص |

العلاجات العامة تحضيرها - واستعمالها

| | |
|----|---------------------------------|
| ٦٥ | العلاجات العامة القسم الرابع |
| ٦٥ | علاج للسكري |
| ٦٧ | علاج للسعال والتزلات الصدرية |
| ٦٨ | علاج للسعال الديكي |
| ٦٩ | علاج للسعال الناشف |
| ٧٠ | علاج للرشح |
| ٧١ | علاج للسيل |
| ٧١ | علاج للربو |
| ٧٣ | علاج للربو وضيق التنفس |
| ٧٣ | لمعالجة الربو وضيق التنفس |
| ٧٤ | علاج لوجع الرأس المزمن |
| ٧٥ | علاج لوجع الرأس |
| ٧٥ | علاج للصداع المزمن |
| ٧٥ | علاج دوخة بالرأس |
| ٧٦ | علاج للصرع داء النقطة |
| ٧٦ | علاج للدوخة والصفراء |
| ٧٦ | الدوخة أثناء السفر |
| ٧٧ | علاج للتقيؤ (الاستفراغ) |
| ٧٩ | علاج ضد الاسهال |
| ٧٩ | علاج للاسهال الحاد لدى الاطفال |
| ٧٩ | علاج للديزنتيريا والاسهال الحاد |
| ٨٢ | علاج للآلام الظهر |
| ٨٤ | علاج للآلام الاعصاب |
| ٨٥ | علاج للعصي والروماتيزم |
| ٨٦ | علاج للمفاصل والاعصاب |

| | |
|-----|--|
| ٨٦ | علاج لآلام مفصل |
| ٨٧ | علاج عرق النساء وده مفصل |
| ٨٩ | علاج حريق سبل |
| ٩٠ | علاج حب الشباب |
| ٩٢ | علاج سمس وحب الشباب |
| ٩٣ | علاج سحرارة |
| ٩٣ | علاج سواصير خرومة |
| ٩٦ | علاج سريقد نو صدر |
| ٩٨ | علاج لآربة رائحة الفم |
| ٩٨ | علاج سعة الصوت |
| ٩٩ | علاج تشقق الشفتين |
| ٩٩ | علاج لإزالة الخبوب من اللسان |
| ٩٩ | علاج وجع الأسنان |
| ١٠٠ | علاج التهاب الفم مع الخوارة للأطفال |
| ١٠٠ | علاج ميلان اللعاب (القالوع) |
| ١٠٠ | علاج التهاب اللثة لدى الأطفال |
| ١٠٠ | علاج لتقوية اللثة |
| ١٠١ | علاج التهاب اللثة والتهمة |
| ١٠١ | علاج التهاب اللعوم |
| ١٠٢ | علاج لآربة كمحة من لثة |
| ١٠٢ | علاج ضعف بيرة لأسنان (لثة) (غرغرة) |
| ١٠٢ | علاج لثمتق |
| ١٠٤ | علاج لازالة كتم في اللعنة |
| ١٠٤ | علاج لازالة كتم في اللعنة حقة الخبيرة |
| ١٠٤ | علاج لتورم بيض الطفل |
| ١٠٥ | علاج لآلام اللعنة |
| ١٠٥ | علاج لآلام اللعنة المزمنة |

| | | |
|-----|-------|---|
| ١٠٦ | | علاج للقرحة |
| ١٠٧ | | علاج لمنع الغازات |
| ١٠٨ | | علاج لازالة المغص لدى الأطفال بعد الولادة |
| ١٠٨ | | علاج لازالة المغص |
| ١٠٩ | | علاج لتضخم الكبد |
| ١٠٩ | | علاج للجروح العامة |
| ١٠٩ | | علاج للجروح العامة |
| ١١٣ | | علاج للحروق |
| ١١٣ | | علاج لاجراج الخردق من الجسم |
| ١١٤ | | علاج للصدمة مع احتقان الدم |
| ١١٤ | | علاج لازالة الورم الناتج عن صدمة |
| ١١٥ | | علاج للملاريا |
| ١١٥ | | علاج حمى التيفوئيد |
| ١١٥ | | علاج لازالة الاملاح من الجسم |
| ١١٦ | | علاج للرعب |
| ١١٦ | | علاج للاغماء |
| ١١٧ | | علاج هبوط الشرج |
| ١١٧ | | علاج لعلاج الفاريز |
| ١١٨ | | علاج لمنع تبول الاولاد بالقراش |
| ١١٩ | | علاج لطنين الآذان |
| ١٢٠ | | علاج للدملة |
| ١٢١ | | علاج لتنقية الدم |
| ١٢٢ | | علاج للضغط العالي |
| ١٢٢ | | علاج للزلال |
| ١٢٢ | | علاج للكوليسترول |
| ١٢٣ | | علاج لفقر الدم |

| | |
|-----|--|
| ١٢٣ | علاج تورم الغدد اللوزات |
| ١٢٣ | علاج الغدد |
| ١٢٥ | علاج لطرد الديدان |
| ١٢٦ | علاج لسعة العقرب والحية |
| ١٢٧ | علاج لسعة الدبور والنحلة والتسمم |
| ١٢٨ | علاج لازالة البحص من البول |
| ١٢٨ | علاج لحصر البول (علاج احتراق بالتبول) |
| ١٢٨ | الحرقه أثناء التبول |
| ١٢٨ | علاج التهاب المثانة وحصر البول |
| ١٢٩ | علاج لازالة الحصى من الكلي |
| ١٢٩ | لازالة الرمل |
| ١٢٩ | علاج لازالة البحص والرمل |
| ١٣٢ | علاج لمنع سقوط الشعر |
| ١٣٢ | مستحضر السراي لتجميد الشعر |
| ١٣٣ | علاج لمنع سقوط الشعر |
| ١٣٣ | علاج لانبات شعر العيون والأهداب |
| ١٣٤ | علاج لمرض الجرب |
| ١٣٤ | علاج لازالة التآليل |
| ١٣٥ | علاج للبهاق |
| ١٣٥ | علاج لازالة الحكه من الجسم |
| ١٣٧ | علاج للقرع |
| ١٣٩ | علاج للتعقية |
| ١٣٩ | علاج لحرقه التبول |
| ١٣٩ | علاج حرقه التبول الناتجة عن التعقية |
| ١٣٩ | علاج الزهري |
| ١٤٠ | لعلاج الحكه في الاعضاء التناسلية |
| ١٤٠ | علاج الاكزيما في الاجفان وسقوط شعر الاجفان |

- ١٤٣ علاج للرمد
- ١٤٣ علاج التهاب العيون لتعرضها للاشعة الكهربائية والاكسجين
- ١٤٣ علاج الماء الابيض في العيون
- ١٤٣ علاج شحاذ العين
- ١٤٣ علاج الماء الازرق في العيون
- ١٤٥ علاج للقشب في الايدي
- ١٤٥ علاج لتزع المسامير من اصابع الرجلين
- ١٤٦ لعلاج لآم المفاصل والركبة والارجل
- ١٤٦ طريقة صنع (الدقة) بهارات حلبيه
- ١٤٧ سفوف الاصول للأوجاع العامة
- ١٤٧ علاج ضد التدخين
- ١٤٨ شراب الافراح
- ١٤٩ كيف نكتشف نوع الجنين؟؟
- ١٤٩ لمعرفة الجنين ذكر أم انثى
- ١٥٠ علاج الشلل
- ١٥١ علاج لارتخاء في اليدين والرجلين
- ١٥٢ علاج للضعف الجنسي
- ١٥٢ علاج لتعب الجسم بعد العمل
- ١٥٢ علاج للقالج
- ١٥٢ علاج للضعف الجنسي
- ١٥٤ علاج لقمان الحكيم للمصابين بالعجز والارتخاء
- ١٥٨ علاج التهاب المهبل والرحم وللحمل
- ١٥٨ علاج للحمل
- ١٥٩ علاج لتقوية الميعاد لدى النساء
- ١٥٩ لوقف التزيف عند المرأة
- ١٦٠ علاج لتنظيم العادة الشهرية

هَذَا الْكِتَابُ

● ● كتاب شيق يحتوي على الكثير من الوصفات الناجعة والإرشادات اللازمة لكل عائلة وبيت.

● ● كتابٌ طريٌّ لينٌ في أسلوبه وتعليقاته وموضوعاته ليصل إلى أكبر عدد من القراء فيكون لهم هادياً ومرشداً، لصحتهم، ويمدّهم بأحسن السبل لمعالجة أمراضهم، ويدلهم على أفضل الطرق التي تمكنهم من الحياة الحلوة، والعمر المديد، والسعادة الدائمة.

